

الفراسة

www.ibtesama.com

FARES_MASRY

وقوة الحدس

www.ibtesama.com

قوانين النجاح العقلية

مع مقدمة للأستاذ الدكتور

كورت تيبرفاين

تعريب: كامل محمد إسماعيل

فيليكس إيشباخر

FARES_MASRY

www.ibtesama.com

منتديات مجلة الإبتسام





الفراسة وقوة الحدس



الفراسة وقوة الحدس

قوانين النجاح العقلية

مع مقدمة للأستاذ الدكتور

كورت تيبرفاين



تعريب

كامل محمد اسماعيل

مكتبة العبيكان



03819415

Original Title:

DIE KRAFT DER INTUITION

Copyright © 2002 by Universitas Vrlog in der
F.A. Herbig Vrlagsbuchhandlung GmbH, München

ISBN 3 - 8004 - 1395 - 7

All rights reserved. Authorized translation from the English language edition Published by
Universitos

حقوق الطبعة العربية محفوظة للبيكان بالتعاقد مع ف. آ. هربغ فيرلاغسبو خهانلدنغ، في ميونخ

© البيكان 1424هـ - 2004م

الرياض 11595، المملكة العربية السعودية، شمال طريق الملك فهد مع تقاطع العروبة، ص. ب. 62807
Obeikan Publishers, North King Fahd Road, P.O. Box 62807, Riyadh 11595, Saudi Arabia

الطبعة العربية الثانية 1427هـ / 2006م

ISBN 9960 - 40 - 921 - X

فهرسة مكتبة الملك فهد الوطنية أثناء النشر

ايشباخر، فيليكس

الفراسة وقوة الحدس قوانين النجاح العقلية. / فيليكس ايشباخر - ط ٢. - الرياض، ١٤٢٧هـ.

٢٧٥ ص : ٢١×١٤ سم

ردمك: 9960-40-921-x

1-الفراسة 2- الحدس 1 - العنوان

ديوي 138 رقم الإيداع 1427/817

ردمك: 9960-40-921-x

جميع الحقوق محفوظة . ولا يسمح بإعادة إصدار هذا الكتاب أو نقله في أي شكل أو واسطة، سواء أكانت إلكترونية أو ميكانيكية، بما في ذلك التصوير بالنسخ «فوتوكوبي»، أو التسجيل، أو التخزين والاسترجاع، دون إذن خطي من الناشر.

All rights reserved. No parts of this publication may be reproduced, stored in a retrieval system, or transmitted, in any form or by any means, electronic, mechanical, photocopying, recording or otherwise, without the prior permission of the publishers.

المحتوى

9	مقدمة الناشر
11	مقدمة الأستاذ الدكتور كورت تيرفاين
17	مقدمة
23	القسم الأول: الطيف
27	من الصراع إلى التألف
49	مستويات الوجود والوعي
73	. قدرة الوعي كقدرة حياتية
111	القسم الثاني: قوانين النجاح الروحية
121	قانون الذبذبة
135	قانون الصدى
149	قانون القطبية
159	قانون الإيقاع
165	قانون الانسجام
177	قانون التفكير
189	قانون القوة
5	

199	قانون السبب والمسبب
213	قانون التماثل
225	قانون التصور
237	قانون اليقين
247	قانون الحب
259	خلاصة
269	مراجع



إلى والدتي لاورا التي كانت توليني كل ثقتها

وإلى صديقي ورفيق دربي

www.hans-juergen-schroeter.de





مقدمة الناشر

يتطور عالمنا بسرعة ويغدو أكثر تعقيداً، ويشكل ضياع التوجه والإدراك جزءاً كبيراً من أزمات الحياة المعاصرة.

يقدم هذا الكتاب الحل : إنها قوة الحدس فقط التي يمكنها أن تنتشلنا كأفراد وكإنسانية من أزمة الوجود هذه .

القدرة على استخدام الحدس هي بمثابة صحة حاسة جديدة هي الحاسة السادسة، فيها تتلقى حياتنا بُعداً جديداً وأمناً داخلياً، غير معروف سابقاً.

كما يحتل العقل المفكر أيضاً حيزاً ليس بالضئيل في هذا الكتاب. إن الموضوع الشامل، الذي هو الحدس، مستوطن في قوانين الحياة الناجحة والرائعة. هنا تتشابك الآفاق الذكورية والأنثوية والحدس والعقل والعلم والروحانية ببراعة مع بعضها البعض. إن كتاب فيليكس ايشباخر هذا يعتبر بدء مرحلة جديدة في انطلاقة روح عصرنا.

الناشر



مقدمة الأستاذ الدكتور كورت تيرفاين

نظام أخاذ يتغلغل في أعماق الكون يعكس القوانين العامة للوجود. وكلما تعايش المرء بانسجام مع هذه القوانين، عاش طمأنينة داخلية وانسجاماً وسعادة.

تُدرّس هذه القوانين إلى حد ما «كقوانين طبيعية» في المدارس. لكن توصيلها إلى المتعلمين يظل بعيداً إلى حد كبير. تُدرّس قوانين الحياة بأسلوب تجريدي لا حياة فيه، بحيث لا يعرف المرء كيف يبدأ «الحياة الحقيقية».

لنتذكر الصيغة المشهورة التي قالها اينشتاين: $E = m \times c^2$ (الطاقة = الكتلة \times مربع سرعة الصوت) ولنتذكر قوانين الوراثة عند ميندل Mendel، ولنتذكر قوانين بقاء الطاقة في الفيزياء، الديناميكا الحرارية.

كم من الجهد تتطلب مراجعة الصيغ والعبارات لحفظها عن ظهر قلب، وحفظ البديهيات لنسيانها مرة أخرى، عندما ننتقل منها إلى فقرة تالية.

ما علاقة ذلك بـ «الحياة الواقعية»؟ هكذا يتساءل الشباب. فإدراك قانونيات الحياة والعيش بموجبها، يبدو في عيونهم مجرد

شيء يخص «الطموحين»، أي الباحثين عن الترقية، الغريبيين عن العالم.

هنا كان إدراك واستخدام قوانين الطبيعة قبل ما يزيد على عشرة آلاف سنة أساساً لثورة عظيمة في تاريخ الإنسانية.

لقد جلب لنا الاستخدام الواعي لقوانين الطبيعة الثقافة والحضارة: الزراعة وتربية الحيوان، الاستقرار في القرى والمدن، الملكية الخاصة، الإنتاج الفائض، وهبوط البشر من الزمن الحلقي إلى استقامة المحور الزمني. عرف كل فلاح أهم قوانين الطبيعة وعاش حسب هذه القوانين.

يمكن أن نطلق على هذه القوانين العملية للطبيعة باختصار اسم «قوانين الجني» لأن كل شيء كان يدور حول كيفية الحصول على موسم وفير. والآن أصبحت معرفتنا أكثر تجريداً، وبالتالي أيضاً أكثر غربة عن العالم. لقد عاش أسلافنا (حتى الأجيال الأخيرة) حياة أكثر انسجاماً مع قوانين الطبيعة.

نتذكر بعض «قوانين الجني» هذه، لأنها عادت الآن من جديد لتصبح حاضرة على مستوى آخر. (سأعود إلى ذلك):

- 1 - البذار هو بالأصل غذاء، ولكي نستطيع أن نبذر يجب أن لا نستهلك البذار، بل يجب أن نوفره. وأكثر من ذلك يجب أن نرميه، أي أن يُلقى على الأرض. فبدون رمية لا يمكن أن يؤدي مهمته، أي أن ينمو ويتكاثر.
- 2 - أما كيف ينمو البذار، فهذا متعلق بالتربة التي يقع عليها.

إذن يجب على المرء أن يأخذ بالحسبان نوعية التربة الزراعية، وأن يحرق الأرض قبل البذار ويقوم بتسميدها ما أمكن. كما يجب أن لا يكون الحقل نائياً بحيث يقوم آخرون بجني محصوله.

3 - يجب أن تتم عملية البذار في الوقت المناسب، فليس من الصائب أن نبذر في وقت الجني أو في الشتاء. فإذا ما جُني المحصول في الوقت المناسب يجب على المرء أيضاً أن يتحلى بالصبر حتى يحين وقت نضج المحصول، وعليه أيضاً أن لا يستنفد النبات بجشع. فالثقة والصبر يعتبران من شروط المحصول الوفير.

4 - قبل عملية البذار يجب على المرء أن يعلم ماذا سيجني، فمن الذكاء أن نبذر ما نريد أن نجنيه بالضبط، والمرء حر في أن يبذر ما يريد، ولكن بعد أن يكون قد بذر وانتهى الأمر، يخرج الأمر من يده ولا يعود يملك حرية اختيار ما يريد جنيه.

5 - زراعة المحصول الواحد هي الأكثر انتشاراً، لكن من الأفضل أن نبذر أنواعاً مختلفة في أراضٍ مختلفة بأوقات جني مختلفة.

6 - وللحصول على موسم وفير على المرء أن يعتني بما سبق أن بذره في الأرض، يسقيه ويعشبه، ليحصل البذار على كفايته من النور والغذاء والحيز اللازم لنموه.

7 - عندما يحين الوقت يجب بالطبع أن يُجنى المحصول

ويُنقل إلى المخازن. ويمكن أن تضيع كل العملية عندما لا يتم جني المحصول بكل عناية فائقة ويبقى ليتعفن في الحقل.

8 - أخيراً وليس آخراً يجب عدم استهلاك كل المحصول كغذاء، بل يجب الإبقاء على جزء منه كبذار في الموسم القادم.

فهم كل فلاح على مدى آلاف السنين ومئات الأجيال «قوانين الطبيعة» هذه «كقوانين الجني» وعاش حسب هذه القوانين. وكل ثروتنا الاجتماعية تقوم على هذه المعرفة بقوانين الطبيعة.

نقف الآن أمام ثورة لا تقل بشيء عن تحوّل البشرية قبل عشرة آلاف عام. فنحن نبدأ، من أعماقنا، بامتلاك التربة العقلية، وغرس الأفكار، وإزالة الأعشاب الفكرية الضارة، والكشف عن القدرات والنمو لتجاوز حدود طاقاتنا. فمحصولنا سيكون عالماً جديداً متغيراً، عالماً متحضراً وإنسانياً بالفعل، يكون فيه الإنسان للإنسان صديقاً وشريكاً.

الأهم في هذا العصر هو أن ننشغل بالقوانين العقلية، وندرك أهميتها للحياة العملية وأن نتدبر نظام حياتنا حسب القوانين العقلية. عسى أن يحصل أيضاً أبنائنا والأجيال الصاعدة بذلك مرة أخرى على علاقة حيوية جديدة مع القوانين العامة للكون، كهداية ودليل لمخطط حياتهم.

لدينا مكتبات حول قوانين الطبيعة، ولكن قلما نجد رفاً واحداً في مكتبة حول القوانين العقلية. إن كل كتاب في هذا العصر يتناول هذا الموضوع، ويزيد من معرفتنا وإدراكنا، هو كتاب قيم بلا شك. لذلك أتمنى لهذا الكتاب انتشاراً واسعاً واهتماماً مكثفاً به. عسى أن يكون النقاش حوله خصباً وأن يسهم في تحقيق موسم وفير.

الأستاذ الدكتور
كورت تيرفاين





مقدمة

يمكن لكتاب «الفراسة وقوة الحدس» أن يغير حياتك! فالأمر يتعلق بالمسائل الأساسية للحياة، وبإمكانية إعادة صياغة حياتك من جديد، بصورة أكثر نجاحاً وانسجاماً وسعادة ووداً.

هل يمكنك أن تتصور نفسك تتخطى سنوات طويلة، وأنت أعمى، عبر الحياة ثم تستعيد فجأة القدرة على الرؤية؟ ألن يغير ازدياد (حاسة النظر) حياتك تغييراً درامياً؟ يدعوك هذا الكتاب لفتح عينيك وتمارس حياتك في النور.

إننا نعرف بشكل عام خمس حواس: اللمس، التذوق، الشم، السمع والنظر. لكن هناك أيضاً، وبالفعل، الحاسة السادسة، وهي الحدس التي توجد من حيث المبدأ لدى كل فرد، ولكن معظم الناس يعمهون عن الحدس. يمكننا أن نفتح على هذا البعد الجديد، فيبدو الأمر وكأننا نفتح أعيننا بعد سنوات من العمى.

لن يظل استخدام الحاسة السادسة، أي الحدس، مسألة ترف، وذلك في القريب العاجل. ولن يبقى حكراً على «الكهنة» ومداوي الأمراض. وقريباً سيصبح العالم من التعقيد بمكان

بحيث لن يعود بإمكاننا أن ننجز شيئاً دون الحدس. فخلال سنوات قليلة سيصبح للثقة بالحدس أهمية كبيرة في ممارسة الحياة وإمكانية التحكم بها.

ماذا يعني بالضبط قولنا «الأعور ملك في مملكة العميان»؟ .

موضوع آخر كبير من موضوعات الكتاب تمثله قوانين النجاح الروحية، وهي كما يقال الوجه الآخر لقطعة العملة، أي الجانب العقلي.

الحدس كالحلم، هو دائماً إدراك، يجب أولاً تفسيره وتأويله بالعقل، وهكذا نتصرف باللاوعي لدى كل الأحاسيس.

ندرك نموذجاً لصوت معين نفسره بأنه «رنين جرس التلفون» وليس كإشارة ترسلها الغسالة معلنة أن عملية الغسيل قد انتهت، وندرك نموذجاً لضوء نفسره بأنه «شجرة» وليس بيتاً، ولكن هذا النموذج الضوئي في أعيننا لا يقول لنا «أنا شجرة».

ضع نفسك لمجرد دقيقة فقط في دور طفل صغير يبدي دهشته، تؤثر فيه انفعالات فوضوية لا حصر لها، ليس باستطاعته بعد أن يميزها أو يفرق بينها. أو في دور إنسان ذي أحلام ليلية شديدة ذات معنى رمزي غير مفهوم.

فإذا ما انفتحنا على الحدس، تدفقت علينا المعلومات التي لا يمكننا بعد أن نفسرها بعقلنا. فقوانين النجاح الروحية هي

عبارة عن رسم بياني تفسيري للخواطر الحدسية (الإلهام)، ورسم توضيحي لتحويل الدوافع الحدسية إلى سلوك فعال .

الحاسة السادسة وقوانين النجاح الروحية تتيح لنا نوعاً جديداً، كل الجدة، للنجاح في الحياة. لم يعد الوصول إلى النجاح على حساب الآخرين (ولا على حساب صحتنا أو أسرتنا) بل يقود إلى مزيد من الانسجام الشخصي ومزيد من السعادة المشتركة والإنجاز. وهذا لا ينطبق على مجرد المجال الشخصي، بل وبالدرجة الأولى، على المجال الجماعي والعام.

كل المفكرين العظام في عصرنا متفقون على أن الإنسانية تقف الآن على شفا حفرة. بعضهم يعتقد أنه قد فات الأوان، وبعضهم مازال يجادل في البحث عن المخرج. ولا يمكن أن يكون هناك من شك أن إيقاظ الحدس، والحياة حسب قوانين النجاح الروحية، هما مكون هام من مكونات التحول الكبير في تاريخ الإنسانية.

وهناك أيضاً قانون روحي (قانون التماثل أو التطابق أو القياس) كما في الكبير، كذلك في الصغير، وكما في الصغير كذلك في الكبير. فكل إنسان يسهم بحياته الشخصية، من خلال التحول الشخصي، في تحول الإنسانية الكبير، باعتبار أن هذا الكتاب هو كتاب التحول نحو الأفضل. فالكتاب ينقل وعياً من جهة، ومن جهة أخرى يضع مقدمات لإيقاظ الحدس وتقويته.

تشمل التمارين العملية لهذا الكتاب - كمدرّبك للنجاح - ثلاثة مستويات يجب أن يتحقّق لها الانسجام وتتقوّى بشكل تعاوني:

• **تمارين على مستوى اللاوعي:** هنا يتم بالدرجة الأولى تحديد معتقدات قديمة تجاوزها الزمن وأضحت معيقة، من خلال تأكيدات إيجابية، واستبدالها بأخرى إيجابية ودافعة ومقوية.

علينا أن نعي كم من مئات المرات تناهت إلى سمعنا في الحياة عبارة «لن تحقّق ذلك». فهذا مستقر في أعماقنا، ويمكن أن يخرب حياتنا كلها، فتأكيد مثل «يمكن أن أحقّق ما أريده» يمكن مع الزمن أن يعبئ قوانا وطاقاتنا اللاواعية تعبئة إيجابية.

• **تمارين على مستوى الوعي:** هنا يكون إدراك واستخدام القوانين الروحية. إنها عبارة عن تدريب عقلي، لتجاوز التفكير السلبي والأحكام المسبقة، وانفتاح الروح على أحداث جديدة ومفاجئة، ومعارف.

فروح سليمة تفتح على عوالم عليا ولا تبقى متحجرة في عقائد جامدة وآراء ضيقة كموقف مضاد لكل «ما وراء العقلي» (قد يحدث التباس في المعنى مع عبارة غير عقلاني). فالعقل المعتد بنفسه يمكن أن يأخذ مرة إجازة من نفسه من أجل درجات وعي أرفع، دون أن يخشى السقوط.

• **تمارين على مستوى الحدس:** إذا ما استبدلت أحجار رحي

معتقدات غير واعية بتأكيدات إيجابية دافعة، يتحول عناد العقل إلى روح منفتح على نفسه. ويخلو الطريق بحيث يدركنا الحدس. وهنا تصلح التمارين التأملية، بشكل خاص منذ بدء الخليقة، لتنتفتح على جو الوعي الجديد والذي هو الروحانية.

عسى أن يكون هذا الكتاب رفيقاً موثقاً من أجل مرحلة جديدة كل الجدة من الحياة، لبدء حياة ناجحة، أخلاقية وهادفة وسعيدة في النور والحب والضحك. إنك تستحقه وأنت جدير به.









نحن بحاجة إلى إرشاد! كيف سنجد مكاننا في الحياة عندما نضل بها دون توجيه؟ فالتوجيه يضعني في زمن محدد، في مكان محدد من الكون (نظام)، أستطيع منه أن أحدد مغزى حياتي.

يشمل طيف توجيهنا الممتد في القسم الأول من هذا الكتاب الأشياء التالية:

- السلسلة الكبيرة للوجود: وهنا ندرك على وجه الإجمال طيف التطور والخلق من النور مروراً بالمادة ثم الإنسان حتى الروح.
- مستويات الوجود الإنساني: يشمل هذا الطيف المستويات الأربعة الأهم للكينونة الإنسانية التي يجب علينا أن نميز بينها بوضوح.
- مستويات الوعي: وهنا نميز بين ثلاثة مجالات طيفية كبرى.
- الإدراك الإنساني: ندرك أن طيف الإدراك يتجاوز بكثير الحواس الخمس.
- القدرة على السلوك: بتوسع الإدراك يتلقى طيف فعلنا نوعية جديدة وبالتالي قدرة أعلى.

يجعلنا إدراك النظام الأدنى ضمن الفوضى الظاهرية نستأنس، كما يقال، بـ «خطة الخلق». وحالما نستطيع أن نتكيف مع هذا «النظام الإلهي» يمكننا أن ندرك وظيفة حياتنا

ونقوم بها، ويمكننا أن نقدم مساهمتنا الواثقة والمدركة للمسؤولية في التطور اللاحق للخلق. فطيف التوجيه يجعلنا على انسجام مع الكل العظيم.

إن طيفاً (الألوان الطيفية) يتميز من خلال لا نهائية التدرج. في «ألوان قوس قزح» هذا يمكننا أن نتوصل إلى تمييز واضح (أحمر - أصفر - أزرق) ويمكن لمثل هذا التمييز أن يتنوع دائماً وباستمرار. وهكذا فإن التمييز بين الأطياف المختلفة يكون واضحاً في الخطوة الأولى مثل أحمر - أصفر - أزرق بالنسبة لقوس قزح ويسمح بتمييزات أخرى.

يمرّ الحدس عبر مصفاة الروح. ويكون العقل الدغمائي، المتمركز حول الذات، والمكابر، مغلقاً أمام الوحي الحدسي والإلهام والإبداع. وكلما حققنا انسجاماً فكرياً مع هذا «النظام الإلهي» ووجدنا فيه إرشاداً، أصبح مجالنا الروحي الداخلي مجالاً يردد صدى الحدس.

ومن خلال الانخراط في هذا النظام تكون أجهزة الاستقبال عندنا موجهة ومضبوطة على تردد الاستقبال بالأسلوب الأمثل. هكذا يمكن للحدس أن يؤثر بفعالية على روح صافية.

من الصراع إلى التآلف

يتحكم بحياتنا - مثلها مثل سائر الخلق - نظام خارجي دنيوي ونظام داخلي روحاني. وكثير من المشاكل ينشأ لأن النظامين، الداخلي والخارجي لا ينسجمان مع بعضهما البعض.

كل منا يعرف، كيف يكون الأمر، عندما يقف قسمان جوهريان من شخصيتنا - مثلاً عقلنا الموجه نحو الخارج من جهة، ثم مشاعرنا الموجهة نحو الداخل من جهة ثانية - متقابلين، متعادين بشكل أو بآخر. كل منهما يدعي معرفة ما نحن بحاجة ماسة إليه، وما يجب علينا تحقيقه لكي نحقق السعادة والرضا.

غالباً ما لا تشارك الأحاسيس، فكل شيء يبدو على ما يرام بالنسبة للعقل، وفجأة تظهر أحاسيس مخالفة لا يتوقعها المرء نفسه أبداً. يتتابنا شعور بأننا لسنا في محور شخصيتنا ولا باستطاعتنا أن نستنزف كامل قدرتنا الإنسانية. أو أن توجهات داخلية أخرى تطبعنا بطابعها وتتحكم بنا غالباً بشكل أكبر مما يرغب فيه عقلنا، فلكل منا صورته الداخلية الخاصة والمخزنة في أعماقه، إنها لغة اللا شعور، صورة مغروزة فينا - غالباً بأفضل النوايا - نتقبلها نتيجة جهلنا الطفولي أو إدراكنا الوهمي أو إذعاننا.

إن الكثير من تجارب سن الطفولة مثل: «لا تلمس هذا!» «يمكن أن تسقط هناك!»، «قد يؤلمك ذاك!» قد قيل بنية سليمة، لكنه في أحسن الأحوال يناسب مرحلة تطور طفولية آنية، وربما كان - حتى بالنسبة لتلك المرحلة من التطور - يحد كثيراً من الحرية.

أصبحت هذه الصور «الحامية لنا»، والتي غرست في وعينا آنذاك بنية سليمة، تشكل عائقاً أمام نمونا الشخصي، وعلينا أن نستبدل مضامين الوعي هذه، التي تبقي على المرء صغيراً، بصور الجرأة والثقة.

كذلك أيضاً الصور التي تستقر في أعماقنا وتؤثر على وعينا يومياً، مثلاً من خلال مشاهدتنا للتلفزيون. فالصور والانفعالات تترايط بشكل تداع ثم تخزن. وغالباً لا يعود المرء يعرف إذا كانت فقرات الدعايات هي التي تقطع الأفلام، أم أن الافلام هي التي تقطع فقرات الدعايات.

في الأفلام نفسها تسيطر الرسائل الدعائية على الحدث، كالسيارات التي تستخدم، والتجهيزات المستعملة والملابس التي يرتديها الممثلون، وكذلك ماذا يُحكى وكيف يُحكى.

إن كل ذلك عبارة عن رسائل إلى الوعي موجهة عن بعد. ولا تخدم هذه الصور بالدرجة الأولى تطور وعينا، بل تحمل إلينا معها الرغبات والتأثيرات التي قلما يدركها المشاهد.

وهنا تبقى الأهداف الروحية الأسمى، مثل الأخلاق

والآداب والإدراك والسلام والانسجام وإدراك الفرد لمهمة حياته، غالباً متخلفة. فالصور التي تدفع بهذه الحاجات إلى الوعي، قلما يمكن وصولها إلينا من الخارج. فالحاجات الإنسانية الأساسية مثل التواصل الاجتماعي، أن ينبري الإنسان لقضية، الشعور بالسعادة والرضا، تشترط وجود بيئة يمكن فيها رعاية هذه القيم ونموها.

فكيف نحقق إذن الانسجام بين المشاعر والصور اللاواعية، المتضاربة غالباً مع عقلنا وأهدافنا في الحياة وتوجهاتنا الأخلاقية؟

كيف نجد مخرجاً من فوضى القوى المتضاربة؟ كيف نحقق الانسجام بين طاقاتنا لكي تتقوى معاً ولا تتحيد من خلال البذل المفرط للطاقة؟

وإذا ما سألنا بشكل أدق: من ذا الذي سيتولى القيادة لدى عملية تحقيق الانسجام بين هذه القوى؟ هل هو العقل أم الشعور؟

✓ يمكن، سواء للعقل أم للشعور، أن يخيب آمالنا. فالعقل يمكن أن يتبع نهج أفكار مغلوبة ورؤية خاطئة للعالم وأيديولوجيات لدرجة تصل إلى المرض النفسي، ويمكن للمشاعر، من خلال جرحها على مدى سنوات وكبتها، أن تصبح خائفة وغير أصيلة لدرجة العصابية والاضطراب النفسي.

إذن فلا العقل قادر ولا الشعور قادر، دون السؤال عن

السبب، تولي القيادة في مشروع «أنا بنفسي». فعليهما، أي العقل والشعور، أن يخضعا نفسيهما للسؤال، ويحققان النقاء من خلال المبادئ التي يمكنها أن تؤدي إلى تكامل إنساني حقيقي وتحقيق الانسجام بين قوانا وطاقاتنا.

والجواب على السؤال الذي يطرحه هذا الكتاب عن هذه المبادئ السامية المتممة يقول:

إننا ننقي عقلنا من خلال التوجه نحو قوانين النجاح الروحية، وننقي شعورنا من خلال قوة الحدس، لأن الحدس بالنسبة «للعالم الداخلي» من حيث الجوهر هو صادق، وقوانين النجاح الروحية هي صادقة أيضاً بالنسبة «للعالم الخارجي».

إن الجواب مثير للغاية، فهو يعد ليس فقط بتخليص العالم من «نزاعاتنا الداخلية» (بين العقل والشعور) مثلاً، بل أيضاً بحل «سوء التفاهم الخارجي» (بين المرأة والرجل مثلاً) حلاً مبدئياً.

ربما نريد أن نعيد التوافق بين استقطابات متخاصمة على مستوى أسمى. لأن «الصراع بين الجنسين» الذي نخوضه خارجياً، له ما يعادله في الصراعات الداخلية. وهذا ينطبق على المرأة كما ينطبق على الرجل.

أليس من الطبيعي أن نتمكن من خلال تحقيق الانسجام بين صراعاتنا الداخلية، بين الطاقات «الذكورية» و«الأنثوية» من إعادة الانسجام أيضاً إلى علاقاتنا الخارجية بين المرأة والرجل؟.

قوانين النجاح الروحية

في الطريق إلى تحقيق الانسجام بين قوانا الداخلية وطاقاتنا، يتطلب الأمر قبل كل شيء، العقل. علينا أن نسترشد بقوانين النجاح الروحية. لتتقرب من هذا الموضوع خطوة خطوة.

ما هو القانون؟

يوضح أي قانون كيف يقوم كل شيء بمهمته، أو كيف يجب أن يعمل، وكيف يمكن جعل شيء جديد قادراً على أداء مهمته.

بعبارة أخرى: يقوم علماء الفيزياء مثلاً بمراقبة الظواهر في الطبيعة ويتساءلون كيف تعمل هذه الظواهر. إن الجواب على ذلك هو قانون فيزيائي، مثلاً قانون الجاذبية أو قانون السقوط. ثم يستخدم التقنيون هذا القانون الفيزيائي لصنع جهاز قادر على العمل، مثل المقصلة، أو البلطة الساقطة. (وهنا اللعبة الكلامية - من قانون السقوط إلى بلطة السقوط، وهي غامضة بلا ريب!).

لكن وبجد: ندرك إذن أول الأمر قوانين الطبيعة (قوانين علماء الفيزياء) لاستخدامها فيما بعد لاختراعات جديدة (اختراعات الفنين).

ما هو القانون الروحي؟

إن كل قانون - تمت صياغته على الأقل - هو روحي من

حيث التعريف، لأن الروح الإنسانية قد أدركت قوانين موضوعية في الطبيعة وصاغتها في قوانين (روحية).

والحيوانات تسلك ضمن قوانين الطبيعة دون أن تعيها، أو أن تكون معلومة لديها. فهي بهذا المعنى ليست مبدعة، فالإبداع يقتصر على الإنسان في عملية التطور. فالإنسان يدرك قوانين الطبيعة ويصوغها في قوانين روحية ويخلق ما هو جديد، ثقافة كاملة تقنية وروحية فوق الطبيعة. لكن عندما نفكر بخطوة واحدة أخرى إلى الأمام، نتوصل إلى إدراك «ماهية» القوانين الروحية.

لقد قادتنا علوم الطبيعة خلال ذلك إلى حافة الكون الذي يمكن للعقل إدراكه، إلى «الخطوة الأولى» قبل حوالي 13 مليار سنة. منذ ذلك الوقت يسير الكون وفق نظام، وهذا يعني أن القوانين هي التي تتحكم بالكون منذ 13 مليار سنة. ولكن منذ متى وجدت هذه القوانين؟ ومتى خلقت؟ علينا أن نسقط ذلك على الحاضر، ونسلم أن هذا الكون قد برز إلى الوجود في جزء من ثوان «محكم النظام» (لذلك قلنا الخطوة الأولى).

وإذا ما أراد المرء أن لا يكون مريضاً في عقله، فليس هناك سوى حل واحد: الإيمان أن القوانين التي تحكمت بهذه الخطوة الأولى، أي بخلق الكون، هي قوانين روحية، أو بعبارة أخرى: كانت روح القوانين موجودة قبل أن تتجلى وتتجسد في الكون وفي الطبيعة.

إن الحديث عن «قوانين روحية» له شأنه بمدلول مضاعف: «روح القوانين» و«روح إنسانية» تدرك القوانين وتستخدمها من أجل نشر ثقافتها الخاصة بشكل مبدع وخلاق.

فما هو قانون النجاح الروحي؟

نريد هنا أيضاً أن نعطي جوابنا بادئ الأمر بشكل أساسي، إن الخلق هو إبداع كامل و«قوانين الروح» جميعها قوانين نجاح. كما أن كل قانون وجد لينتج عنه شيء. فقانون الجاذبية مثلاً تنتج عنه خدوش في ثمرة التفاح الساقطة. وكذلك قطع الرأس من خلال المقصلة. كل قانون ينتج عنه شيء ما. ولكن هل يمكن أن نقيّم النتيجة أيضاً كنجاح؟

هنا يمكن للمرء بلا شك أن يعترض: «أنا راضٍ بالقوانين الروحية. فقانون ألبرت اينشتاين حول العلاقة بين الطاقة والكتلة (الطاقة = الكتلة × مربع سرعة الضوء) هو بالتأكيد قانون روحي، ولكن هل النتيجة الناجحة التي أسفرت عن القنبلة الذرية في هيروشيما روحية أيضاً؟ كيف يمكن أن ينتج سلوك غير أخلاقي عن استخدام قوانين روحية؟» وهنا وصلنا إلى الجوهر: تسفر العبقرية النظرية (اينشتاين) غالباً عن جنون عملي (هيروشيما).

نريد، بل علينا أن نشرح اصطلاح «قانون النجاح» بشكل أدق، أخلاقياً وعملياً.

لا نريد أن نصف كل قانون أنه «قانون نجاح» دون اتخاذ موقف من قيمه (رغم أن هناك تبعة لكل قانون) بل فقط تلك القوانين في سلوكنا اليومي والخلق التي تسهم في الارتقاء بنا وبالعالم إلى مرحلة أعلى.

القوانين تجيب على السؤال الموجه معرفياً وهو: «كيف تسير الأمور؟» والسؤال الموجه تطبيقياً «ماذا يجب عليّ فعله حتى يؤدي الشيء عمله؟».

تريد «قوانين النجاح» أن تجيب على هذه الأسئلة:

- ماذا يجب عليّ فعله لكي تصبح حياتي نجاحاً بالمعنى الأخلاقي وتقود إلى الإنجاز؟
- ماذا يجب عليّ فعله حتى لا يؤدي نجاحي «الآخر» بل يسهم أيضاً في نجاح الآخرين؟.
- ماذا يجب عليّ فعله لكي يسهم سلوكي في زيادة تطور الإنسانية وليس إفنائها؟

من هذا التعريف يؤدي تطبيق قوانين النجاح الروحية إلى سلوك أخلاقي، يراعي كرامة الناس الآخرين، وينسجم مع الضمير.

يعرف الماضي وكذلك الحاضر الكثير من الناس الذين يعتبرون أنفسهم ناجحين، رغم أنهم يتجاهلون قوانين النجاح الروحية هذه، لكن نجاحاتهم كانت دائماً قصيرة الأجل وتبين على المدى الطويل أنها مجرد نجاحات وهمية، ولا تتحقق راحة البال أبداً «بنجاحات غير أخلاقية».

بالانسجام مع قوانين النجاح الروحية يمكن تحقيق نجاحات حقيقية لا تهدف إلى مجرد اللحظة الآنية، بل تشمل مجمل تطور الشخصية بعمق. بالإضافة إلى ذلك إنها تمكن المرء نفسه والآخرين من العيش بسعادة ورضا، لأن «النجاحات» التي تتحقق على حساب الآخرين، سوف تضيع عاجلاً أو آجلاً.

— بعبارة أخرى: إن للنجاحات، التي تحققت بواسطة «طاقة سلبية مدمرة» (مثل الجشع وحب السيطرة والأنانية، وعدم المبالاة) تبعه، هي أن لهذه القدرة أثراً مرتداً على من حققها، فمثل هذه النجاحات تؤدي إلى وعي مريض تسيطر عليه هذه القدرة الضارة.

ونقول بشكل آخر: إن كل ما أقوم به يرتد عليّ ثانية باعتباري المسبب. والأمر لا يتعلق بالدرجة الأولى بكيفية وصولي إلى أهدافي بنجاح مهما كان الثمن، بل بتحقيق تلك الأهداف التي تتوافق مع قوانين النجاح الروحية، مع هدف

حياتي وسعادة الآخرين. فالسعادة الدائمة ليست ممكنة إلا بخلق الانسجام التام بين النظام المادي والروحي.

إننا نميل إلى ترتيب حياتنا على مجرد نجاحات مادية، أما البعد الروحي - الذهني فعلى العكس، إذ يتم إهماله وتقييمه بأقل مما هو. نتيجة لذلك يضمّر الكثير من المواهب الكامنة لدى كل إنسان. وهذا ما ينطبق بشكل خاص على الحدس والإدراك الحدسي، وأيضاً على التقمص، كقدرة المرء على وضع نفسه في موقع الآخر، والشعور كيف يكون الأمر عندما يكون في موقفه، لفهمه ومعرفة رغباته.

مثال آخر على ازدياد «القوانين الإلهية» في عصرنا هو التعامل المَرَضِي مع الوقت بحد ذاته: حتى أن الوقت نفسه يبدو كمادة يمكن استغلالها.

في الواقع، إن للطبيعة والإنسان والاقتصاد قوانين ودورات منسجمة. ففي الطبيعة هناك الفصول ودورات القمر وغيرها. والإنسان يمر بعدة مراحل من تطوره، من الطفولة مروراً بالبلوغ حتى سن الكهولة، وفي الاقتصاد هناك دورات النمو والإنتاج.

والحياة كلها محكومة بصعود وهبوط أذليين: شهيق وزفير، يقظة ونوم، نشاط وراحة، تصور الشيء ثم تنفيذه،

ضحك وبكاء، عطاء وأخذ، كلام وإصغاء، منح الحب والحصول عليه. كل شيء يخضع لتبدل دائم ومنسجم (وهذا ما ينص عليه قانون الإيقاع).

من يجعل حياته تسير منسجمة مع التبدل الإيقاعي، يعيش، كما يقال، مع الريح الخلفية مستغلاً القوى المتوفرة. ومن لا يراعي هذه الدورات، أي أنه يبذر أو يستثمر في الوقت غير المناسب، فسوف لن يجني سوى القليل أو لن يجني شيئاً. إنه يعمل ضد قوة الطبيعة، يبذل الكثير من الطاقة من أجل نتائج هزيلة.

لكل شيء وقت محدد، وقت للنمو ووقت للنضج ووقت للانتهاء والتغير. والإجهاد مرض حديث أفرزته الحضارة، كنتيجة لخرق الإيقاعات الطبيعية والاستغلال غير المعقول حتى للوقت.

عندما ندرك قوانين النجاح الروحية ونطبقها، فإنها تساعدنا على وضع الشيء المناسب في الوقت المناسب في طريقنا، وبذلك نضمن النجاح الشخصي والاجتماعي. فهي تمكن من إرهاف الوعي وتغييره، وبالتالي تزيد في الوقت نفسه تطور وعي الجماعة التي نعيش بينها (الأسرة، المهنة، أوقات الفراغ) ووعي الإنسانية. وبعبارة واحدة فإن قوانين النجاح الروحية تنقي عقلنا من أجل توجيه تفكيرنا نحو الصالح العام.

قوة الحدس

في الواقع إن استخدام قوانين النجاح الروحية كتوجه من أجل الانسجام المتزايد ليس أكثر من نصف الحقيقة. لأننا نوجه عقلنا نحو قوانين قيمة أخلاقياً ونسلك سلوكاً أخلاقياً مدركاً.

عندما نتحدث عن الأخلاق، سرعان ما نفكر بوجداننا. ففي داخلنا مرجعية (ليست الأنا الزائدة عند فرويد بالسبابة المرفوعة) «تعرف» ما هو الصحيح. إنها مرجعية عليا لا يمكن لنا أن نخونها، وإذا ما فعلنا فكأننا نريد أن نضلل أنفسنا ونكذب عليها.

هذا الوجدان (وغيره أيضاً) هو الحدس. فهو يقدم لنا أيضاً، مثله مثل قوانين النجاح الروحية، توجيهاً ثانياً لتحقيق الانسجام بين قوانا وطاقاتنا.

«الحدس» يعني مجالاً كان لوقت طويل مهملاً من قبل الرأي العام الذي تسيطر عليه الذكورة. كما أن الإدراك عن غير طريق الحواس، والتنبؤ بالمستقبل، والتخاطر، تتبع أيضاً الحدس. لكننا نفهم من الحدس أيضاً القليل من الإلهام الفني الرائع والإبداع والتأمل والتمعن، الإدراك الكلي واليقين الداخلي، لما هو حقيقي وصحيح.

وبصورة أكثر دقة: الحدس يعتبر من حيث التعريف حقيقياً، فما أدركه بالحدس هو حقيقي. وإذا ما تبين أن هذا الإدراك الحدسي الوهمي ليس حقيقياً، فإنه ليس حدساً، بل

خداعاً للنفس. أن نميز بين الحدس والشعور، وأن نحسن تفسير الحدس تفسيراً صحيحاً!).

— في العصر الحالي، عصر التعقيد المتزايد، وفقدان الاتجاه والبحث عن مغزى الحياة، تكتسب إعادة اكتشاف الحدس وإيقاظه وتدريبه، أهمية كبيرة، سواء بالنسبة للفرد أم بالنسبة للكوكب.

فالحدس يفتح أعيننا على المستوى الروحاني، أي كما يقال «الرباني»: فالنباتات لديها أحاسيس ولديها مثلاً رد فعل على الضوء والموسيقى. وللحيوانات طيف واسع من الأحاسيس، فهي تعرف الخوف والعدوان. والبشر قادرون على التفكير وخلق وعي ذاتي.

ذلك ليس بالأصل أكثر من «الشوط الأول للتطور». فالحدس الذي يجعلنا ندرك جوهرنا الرباني، يسمو على التفكير. وهو الذي يمكن أن يحول لنا خواصنا الجنسية المميزة، كامرأة ورجل، إلى إنسانية حقيقية.

الحدس يسمو على الأحاسيس والشعور والتفكير، وهو البعد الروحاني والرباني للحياة. والحدس يدمج ويحقق الانسجام بين أساليب المعاشة الثلاثة الأخرى.

وقبل كل شيء يجب عدم الخلط بين الحدس والشعور - وهذا ما ينطبق بالضبط على الحوار المشترك - فليس كل شعور غامض في داخلنا هو حدس. وهناك شبه قاعدة تقول: كلما

استقبلنا الحدس بلا شعور، زادت إمكانية كونه حدساً حقيقياً. فالحدس هو أقرب إلى كونه يقيناً داخلياً من كونه شعوراً.

وهذا مثال لعرض هذا التفريق بشكل أكثر وضوحاً: كثير من الناس يرون أن «صوتاً داخلياً» قد أشار إليهم أن يغيروا موعد سفرهم بالطائرة. ثم تبين فيما بعد أن ذلك قد أنقذ حياتهم، لأن الطائرة التي حجزوا أمكنتهم على متنها أول الأمر سقطت ومات كل من كان على متنها.

إن الحدس (هنا على شكل صوت داخلي) لم يكن يبعث على الخوف بأي شكل من الأشكال. فتغيير الحجز لم ينتج عن الشعور بالخوف من الموت، بل ببساطة عن قناعة داخلية صلبة أن ذلك هو الأفضل بالنسبة للشخص.

لماذا ينذر هذا «الصوت الداخلي» المرء؟ هذا ما لا يدركه المرء في حينه، بل يتبين فيما بعد، لماذا كان إتباع الحدس منقذاً للحياة.

يقود الحدس (وهذا ما يوضحه المثال آنف الذكر) عادة إلى دافع سلوكي عفوي. فالحدس ليس مجرد إدراك، بل أيضاً موجه نحو السلوك. والحدس «يقول» ما يجب فعله وما هو الأفضل للمرء.

الحدس يفعل في حالات درامية فعل «الملاك الحارس» أو «الناصح الجيد». وعلاوة على ذلك يجب أن لا يقتصر الحدس

على كونه دافعاً سلوكياً عفوياً، بل يمكن أن يصل إلى استمرارية معينة، وبالتالي يصبح حالة مستمرة لفترة معينة.

إن رسامة تستمد الإلهام عند إنجازها لوحة جديدة من منبعها الداخلي، تتصرف حدسياً وهي ترسم. في هذه الحالة تفقد الإحساس بالزمن. تغيب عن الزمن وتدخل في السرمدية، تذوب كمبدعة مع إبداعها، مع لوحاتها، مثل هذه الحالة نطلق عليها اسم التمعن أو التأمل.

الشيء الأخاذ في ذلك هو: إن المراقب المتمعن لمثل هذه الصورة يمكن أيضاً أن يغرق في حالة من التأمل ناسياً نفسه. إنه لم يعد يحلل العمل بالعقل، بل يغوص فيه كما في التأمل.

يشمل الحدس القدرة الخلاقة، ليس فقط عند الفنان، بل عند كل إنسان، ففي القدرة الخلاقة يكمن الجوهر الحقيقي للإنسان. وحيث نجد مدخلاً إلى حدسنا ونوقفه ونجعل منه جزءاً هاماً من حياتنا، نجد الطريق إلى ذاتنا. فلا تبقى لنا حاجة للإتحاد مع الأدوار الاجتماعية المختلفة التي نلعبها أو يتوجب علينا أن نلعبها، بل نكون قد فتحنا الباب لتحقيق ذواتنا.

فالحدس ليس فقط مناسباً في المنظور الشخصي، بل أيضاً في المنظور الجمعي. فمن يسلك حدسياً لا يفعل الأفضل لنفسه فقط، بل أيضاً للآخرين، وبالتالي للجميع. لأن الحدس ليس محوراً حول الذات أبداً، بل هو إلهي. والحدس يسمو بنا من

تمركز العقل حول الذات إلى شمولية المعرفة في قانون أسمى.
لو سلمنا أن صياغات العقل وصلت هنا إلى حدودها.
فما هي الحدس في نهاية الأمر لا يمكن وصفها، بل
معايشتها. (وهذا ما ينطبق على الكثير في الحياة: كيف
يمكن للمرء أن يصف لونا لإنسان أعمى؟ وكيف يمكن
لامرئ أن يصف الحب لآخر بارد الشعور؟) فالكلمة
الواصفة لا يمكن أن تقوم مقام القدرة على المعاشة والمرور
بالتجربة. والعقل لا يمكنه أن يقدم وصفاً حقيقياً للحدس،
وجل ما يستطيعه هو شرحه.

كما أن الحدس، في الواقع، ليس سراً غامضاً لا يتيسر إلا
«لنخبة مختارة» فكل إنسان لديه حدس. وأكثر من ذلك نقول: إن
الحدس موجود في كل وقت، وما علينا إلا أن ندركه ونثق به.

وللمقارنة مع صورة استخدمناها في المقدمة، نكون بدون
الحدس نسير كالعميان عبر العالم. لكننا لسنا عمياناً حقيقيين،
بل فقط أغمضنا أعيننا. ويمكننا أن نفتح أعيننا في أي وقت،
عندما نتخلى عن الخوف من النور ولا يعود النور يعمي
أبصارنا.

أخيراً فإن الحدس هو مسألة ثقة بالنفس. هل عندي الجرأة
لأفتح عيني على الحدس؟ نعم أم لا؟ هل أثق به؟ نعم أم لا؟
هل أفسره بشكل صحيح؟ نعم أم لا؟

ربما أبدأ بفتح عيني وإغلاقهما لأعتاد على النور وأثق شيئاً

فشيئاً بالخبرات الجديدة النيرة، وأتفهم أهميتها بشكل أفضل،
وأعلم أن أفهم لغتها.

اقتران كلا القوتين

بغض النظر عما يقرره الإنسان، رجلاً كان أم امرأة، يفتح
الحدس الطريق إلى نفسه بنفسه، ويشترط الثقة بالنفس، ويخلق
الوعي الذاتي، ويقود إلى تحقيق الذات.

وهنا تكتمل الدائرة حول قوانين النجاح الروحية، لأننا لا
نريد أن نعتبر «نجاحاً» إلا ما يقودنا وبشدة إلى تحقيق الذات.
فقوانين النجاح الروحية والحدس هما في الحقيقة زوجان مثاليان
منسجمان، كلاهما يقودنا إلى مستوى أعلى، مستوى الروحانية.
كلاهما يتيح لنا إمكانية تحقيق الانسجام بين صراعاتنا الداخلية
وحزمها بقوة إرادة وعزم.

كانت الأسئلة حتى الآن تقول: كيف نحل باطنياً
الصراعات بين الشعور والعقل، بين الطاقات الذكورية والأنثوية؟
وكيف نحل ظاهرياً الصراعات المتناظرة بين المرأة والرجل،
وأيضاً بين الوالدين والأطفال، والصراع بين الجنسين وبين
الأجيال؟.

وجوابنا الآن هو: من خلال الاقتران عن حب بين
الحدس والسلوك حسب قوانين النجاح الروحية. لنوجه سلوكنا
دائماً أكثر فأكثر حسب قوانين الروحية، ولنندع الحدس يقود
حياتنا بقوة متزايدة أكثر فأكثر.

مغزى الحياة

إن السؤال عن مغزى الحياة هو المسألة الأساسية للحياة بشكل عام، مسألة «تتعلق بالحياة والموت». والسؤال عن مغزى الحياة هو تقريباً على قدم المساواة من حيث الأهمية مع السؤال حول مغزى الموت. فالموت أصبح مسألة تابو (من المحرمات) في المجتمع. وينطبق هذا التابو أيضاً على السؤال عن مغزى الحياة. وكلما أردنا أن نقلل من جدالنا حول أعماق الموت، أصبحت الحياة سطحية، حتى درجة الوجود الصرف.

هذا الفراغ الذي هو تقريباً «عبث وجودي» (إذ كيف يمكن وصف عدم وجود مغزى للحياة؟) يملأ صناعة نمط الحياة بشكل تعويضي.

وهنا يوجد العرض المتزايد والواسع والمتضخم لمصطلح الهوية. فمن صناعة السيارة إلى وقت الفراغ والموضة واللباس والسياسة، حتى صناعة الإعلام، تكفي لوحة ألوان. لم يكن العرض يوماً أكبر منه الآن، من حيث الغنى والتنوع. مغزى الحياة، ليس موضوعاً، قيادة سيارة فيراري. هل هي مغزى الحياة؟ ليس أمراً. إجازة في منطقة الكاريبي. هل هي مغزى الحياة؟ ليس أمراً. قصر مع حديقة وإطلالة على البحر. هل يمكن شراء ذلك بالكمية القليلة الضرورية من المال. ما عساه أن يكون إذن؟!

إن صعوبة اكتشاف الهوية الخاصة وإدراك مهمة الحياة الخاصة كرؤيا وصياغتها بشكل شخصي قد زادت. هناك دائماً إغراءات ووعود، أما الطريق إليها نفسها لن يصبح في هذا المجال أكثر سهولة. ويزداد خطر الابتعاد عن هذا الدرب، وبالتالي الاغتراب عنه دائماً. وتبقى الطاقات الخلاقة والروحية الكامنة غير معروفة وغير مستغلة. وقد ازدادت العقلية التجارية في الكثير من مجالات حياتنا الحديثة على حساب الروحانية.

لقد تحولت الحياة بالنسبة للكثيرين إلى صراع، صراع من أجل البقاء، صراع من أجل تحقيق المصلحة الخاصة، صراع ضد كل إنسان وكل شيء وحتى ضد الذات.

وعلى المستوى الروحي أصبحت الحياة أقرب ما تكون إلى لعبة، تقدم مختلف الإمكانيات للتعلم والنمو وتطوير الذات والمواجهة المستمرة لمزيد من التحديات الجديدة على مستويات أعلى. ومن يعيش الحياة كلعبة، يحرر نفسه من القيود الانفعالية والعقلية ويكسب مجال رؤية هويته الروحية، وجوهره الحقيقي. فلا يعود يعيش أدوار صراع محددة له في حلبة، بل حياته التي قررها بنفسه كلعبة مسلية.

وعلى المستوى الروحاني فالحياة لعبة ذات إمكانيات عديدة. إنه لمن التحدي أن تطور الوعي وندرك بأن قوانين النجاح الروحية تشكل تقريباً مساعدة للتعلم، لبلوغ وعي روحاني شامل. فالوصول إلى حكمة عميقة وروحانية مجبولة

بالحب هو أهم من مجرد جمع معرفة تقليدية موجهة بالعقل وبلا قلب.

العثور على هوية

يجب على كل شخص أن يعثر على مغزى الحياة بنفسه. والطريق إلى نفسه ليس طريق النمر الوحيد، أي طريقاً لا يسلكه آخر. فالعثور على هوية الإنسان لا يقود فقط نحو الداخل، إلى الروح، بل أيضاً ودائماً عن طريق الغير، أولئك الناس الذين يبادلوننا الحب. والروح ليست جوهرأ معزولاً، إذ لا يمكن العثور عليها إلا في المجتمع.

لقد تركنا خلفنا دراسة الفرد منذ أكثر من ملياري سنة. ووعي الغير يمثل أيضاً قاعدة لروحه، كما هو الأمر أيضاً بالنسبة لأي إنسان آخر.

لكل إنسان شخص مقابل محدد عليه أن يتحاور معه بود وحنان. فالأنا لا تجد نفسها - إن لم تكن على درجة كبيرة من الأنانية - إلا في الأنت.

وكم هو مثير إذا ما اجتمع اثنان من الأنا (أو اثنان من الأنت، حسب المنظور) ليشكلا معاً (نحن) مشتركة. فالـ"نحن" تصبح بمثابة جوهر جديد وتتخذ غالباً أيضاً شكل جوهر جديد، فالمبدع والمبدعة يتكران مخلوقاً جديداً، وإن لم يكن هذا معجزة.

من المهم جداً لتطورنا الشخصي والعام أن نتعلم الشعور بشعور الآخرين، وأن نخلق شعوراً مشتركاً. ومن يريد أن يتعرف على نفسه، عليه أن يتجاوز نفسه وأن يتجاوز حدود الأنا الضيقة التي تعيق التطور الروحي.

فعملية تطوير الذات تعني على المستوى العقلي، توجيه كامل القوة وكامل التركيز نحو إدراك أي نوع من النجاحات يريد المرء أن يحققه من صميم قلبه.

إن معظم الناس مطبوعون في حياتهم التي مضت حتى الآن بالكثير من تأثيرات المحيط الذي يعيشون فيه، بحيث يتوجب عليهم قبل كل شيء أن يتعلموا إعادة نفوذ آليات دفاعهم مقابل المستوى الروحاني الذي تأسس منذ الطفولة. عليهم أن يتحرروا من القيود الذاتية الانفعالية والعقلية وينفتحوا على ذاتهم الروحية.

وهذا يتطلب ابتعاداً شاملاً عن المجريات اليومية، لأن كلاً منا محكوم بجو انفعالي، سواء في مكان العمل أو في جوف الخاص داخل منزله وخلال ممارسة نشاطاته أثناء وقت الفراغ.

إن الطاقة الانفعالية المسيطرة هي التي تتحكم بالنموذج الأساسي للسلوك. والمجال الروحاني مسؤول عن التطور بعيد المدى للإنسان. ويشترط الانفتاح على هذا المجال الروحاني،

قبل كل شيء، موقفاً آخر يختلف عنه بالنسبة للمجالين الانفعالي والعقلي. ويتطلب البعد الروحاني مزيداً من الوعي ومزيداً من الانتباه ومزيداً من الاحترام تجاه ما يصادف المرء على هذا المستوى. والطريق الأهم إلى هذا البعد الجديد للحياة هو التأمل الذي يجعلنا منفتحين على الحدس.



مستويات الوجود والوعي

سبق أن تحدثنا مرات عدة عن «مستوى أعلى»، والآن حان الوقت لتحديد مواضيع كل هذه المستويات المتعلقة بالكينونة الإنسانية، وإدخال المستويات الأدنى لوجودنا في هذا النظام، والتفريق بينها بوضوح.

لنأخذ نفساً عميقاً أول الأمر! فهذا الفصل هو تحدٍ لتنوير عقلنا. فالقدرة على الانفتاح على الحدس تشترط وجود عقل واضح ومتنور، والحدس يحوّل العقل لكنه يجعله عسيراً. وأكثر من ذلك نقول: يحتاج الحدس إلى العقل من أجل تأويله تأويلاً صحيحاً، وإذا توفر التكامل بين العقل والحدس فإنهما سيكونان معاً زوجين سعيدين.

بمعنى من المعاني (بمعنى القاسم المشترك الأصغر) يعتبر الدين والعلم هنا بلا شك متفقين، فما يطلق عليه الدين اسم «خلق» يطلق عليه العلم اسم «التطور». ويعتبر أن قوى الروح تنطلق من هذا التطور على مراحل (السلسلة الكبرى للوجود) والتي يمكننا أن نحدد منها سبع مراحل بيّنة:

1 - الطاقة (النور) 2 - المادة 3 - الحياة 4 - الشعور 5 -
الوعي (العقل) 6 - النفس (الحدسية) 7 - الروح.

هناك حكمة هندية قديمة تعبر عن المراحل الأولى للتطور
والخلق أوضح تعبير (ملاحظة بين الأقواس):

ينام الروح في الحجر (المادة)

ويتنفس في الزهرة (الحياة)

ويحلم في الحيوان (الشعور)

ويصحو في الإنسان (الوعي)

لقد أدركت الحكمة القديمة هذه المراحل، التي تبدو أنها
عامة، لتجلي الكون، كما أعاد العلم الحديث بناء هذه «السلسلة
الكبرى للوجود» كتطور، بوسائله وطرقه.

وعلاوة على ذلك: إننا الآن نمر في المراحل الأكثر إثارة
من مراحل المعرفة الإنسانية وهي: المصالحة بين هذين الجانبين
للمعرفة (العلم العقلاني) والحكمة (الدين الروحاني). نحن
نتشكل من ذرات، وجزيئات وبلايين الخلايا كشكل للحياة،
قادرين على الإحساس بواسطة حواسنا، وقادرون على الشعور
بواسطة النفس ونملك وعياً ذاتياً إنسانياً نموذجياً (مقروناً
بالخاصية البيولوجية لخلايا دماغنا الإنساني) وفي نفس الوقت
فنحن نحمل في داخلنا قبساً روحياً.

أربع مراحل للكينونة البشرية

اعتماداً على «السلسلة الكبيرة للوجود» يمكننا أن نميز بين أربعة مستويات نوعية مختلفة للوجود، التي هي: الجسد، الشعور، الروح (كعقل) والنفس.

كما نقرأ في الآونة الأخيرة كثيراً عن «الجسد والروح والنفس» حتى الإعلان نفسه لم يعد يتوقف أمام ذلك، ففيه يتم غالباً تسطيح النفس إلى شعور، وكأن النفس الروحانية لم تعد شعوراً حيوانياً، إذا ما جاز لنا أن نعبر عن ذلك بهذا الأسلوب.

علينا أن نميز بوضوح بين الشعور والنفس. يمكن للشعور أن يزيّف وأن يكون غير حقيقي، أما النفس فلا. الشعور يعرف الغيرة، والنفس لا تعرف إلا الحب. وللتفريق بينهما بصيغة أخرى نقول: متى نذهب إلى المعالج النفسي، ومتى نذهب إلى المعالج الروحاني؟ هذا التفريق يقينا أيضاً من الخلط بين الشعور والحدس - وقد سبق الحديث عن ذلك - لتتوجه الآن إلى المستويات الأربعة لعرض الاختلافات بينها بشكل أكثر وضوحاً.

المستوى النفسي

إن الجسد هو المستوى النفسي والمادي والبيولوجي للوجود. وهذا هو مجال التنفس والتغذية والاستقلاب والحركة

والتكاثر البيولوجي. هنا يؤدي كل شيء عمله بشكل آلي إلى أبعد الحدود، أي بشكل غريزي. تتبع للجسد وسائط الإحساس (البشرة، اللسان، الأنف، الأذنان والعينان) والحواس هي: اللمس، التذوق، الشم، السمع والبصر. ويمكن أن نقارن هذا المستوى بكل سهولة بالوجود النباتي. طبعاً لم يعد لجسدنا أي شبه بالنبته، رغم أن النبتة تؤدي عملها بواسطة الاستقلاب والتكاثر! يمكننا أن نشعر بانقطاع الجذور. والحب يؤدي بنا إلى التفتح كما النور بالنسبة للنباتات. ونحن نشعر بالعطش كالنباتات تماماً، وتذوي بشرتنا مع التقدم بالسن. إن كل ذلك هو أكثر من مجرد صور.

للجسد حاجاته الخاصة، منها التنفس والتغذية والحركة وضمان البقاء، والجنس والعلاقة الاجتماعية (العائلية) من أجل التكاثر وحفظ النوع. والعمل على المستوى المادي، لضمان الوجود الإنساني (كسب المال) هو حاجة جسدية لا تعرفها الحيوانات بطبيعة الأمر! وبمعنى الإفراط أو النقص الوظيفي، فإن للجسد أمراضه الخاصة، فمعظم الأمراض التي نشعر أنها كذلك، والتي تجعلنا نتلمس طريقنا إلى الطبيب، هي أمراض جسدية. والطبيب يتعامل على هذا المستوى. إننا نتكلم هنا باختصار عن المستوى الوجودي أو المادي للإنسان.

المستوى الانفعالي

الأحاسيس هي المستوى الانفعالي للوجود. إنها الجو النفسي للحب والخوف والحزن والألم والغضب والحسد.

الأحاسيس هي انفعالات، أو بعبارة أخرى حافز داخلي، طاقة حركية، طاقة سلوكية: أنا أفعل هذا الشيء للحيلولة دون الآلام ومعاشة الرغبات. تتبع هذا المستوى أيضاً الأحلام ذات الصور القوية والشعور الشديدة. فالأحلام تربطنا بعالم اللاشعور، وتسوي صراعات لا نستطيع حلها في عالم الشعور، وترينا رؤى.

أقرب ما يمكن لهذا المستوى أن يقارن به هو الوجود الحيواني، فالحيوانات يمكنها - بعكس النباتات - أن تتحرك، وهي بحاجة إلى دافع للحركة. وهذه هي الانفعالات أو الأحاسيس. والحركة تحتاج إلى طاقة أكثر من الارتباط النباتي بالمكان، وهكذا لا يؤدي الحصول على الطاقة عمله من خلال الاستقلاب على هذا المستوى، من خلال التمثيل الضوئي أو اليخضوري، بل وبشكل أسمى، من خلال التنفس المستهلك للأوكسجين، والتنفس مرتبط ارتباطاً قوياً بالأحاسيس.

ويعرف هذا المستوى أيضاً حاجات مميزة، هي بالدرجة

الأولى حاجات نفسانية واجتماعية مثل، المودة والحب والانتماء، وكون المرء مقبولاً لدى الآخرين، وتحقيق الاعتراف به والثقة.

بالإضافة إلى الأحاسيس الأصلية هناك أيضاً شعور خاطئة منها: حب التملك والغيرة أو الجشع وحب الانتقام والغضب والعدوان. إنها طاقات نفسية ضلت طريقها، تبدو لنا دائماً غريبة بشكل من الأشكال. والناس لا يتعرفون على أنفسهم ثانية بعد ثورة غضب، لأن شيئاً ما غريباً لا يمكن السيطرة عليه قد اعتراهم.

فاختلال التوازن في الأداء الوظيفي (أمراض القصور أو الإفراط) تتجلى على هذا المستوى بأمراض نفسية. تتجلى الأحاسيس الحقيقية المقهورة في صيغة مرضية: فبدلاً من التعبير عن الذات يظهر مثلاً القنوط. وبالأمراض النفسية لا نعود نذهب إلى الطبيب، بل إلى المعالج النفسي. ونحن نتكلم هنا باختصار عن المستوى النفسي أو الانفعالي عند الإنسان.

المستوى العقلي

يعتبر العقل هو المستوى العقلي للوجود. إنه مجال التفكير والتحليل والإدراك الذاتي والمنطق والمعرفة العقلانية.

إن هذا المستوى هو المستوى الإنساني الجوهري، منه يستمد الإنسان الإدراك الذاتي أنه قمة الخلق (الأمر الذي يعني

بالدرجة الأولى المسؤولية المدركة عن الخلق وليس الحق بالاستغلال بلا رادع).

كما أن للعقل حاجاته، منها الإرشاد العقلي وأنظمة التفكير والفضول وحب الاكتشاف والتعطش للمعرفة والتفهم الروحي والرغبة في الفهم والاعتبار كشخصية.

القصور الوظيفي على هذا المستوى أقل منه من بقية المستويات. يمكن بشكل عام أن نصفه بأنه «مرض عقلي» حتى ولو أن الطب النفسي يفهم هذا الاصطلاح بشكل آخر. فالدوغمائية (تعصب مذهب ديني على سبيل المثال)، والأحكام المسبقة و«عدم الحكمة» والتفكير السلبي والكذب والخداع حتى التطرف والأصولية والتعصب، كلها أمراض عقلية. إنها ليست من اختصاص الطبيب، وليست أيضاً من اختصاص علماء النفس.

إذن أية مجموعة مهنية تشفينا من التفكير السلبي والمبهم وغير العقلاني. فهل يرى المعلمون، باعتبارهم ناقلين للعلم، أن ذلك من صلب مهمتهم؟ وهل يرون في أنفسهم فرسان التنوير ضد اللاحكمة، أي «معالجين للعقل»؟ وما بال المرشدون في شؤون الحياة، والقائمون على حلقات البحث ومدرّبو الوعي؟ بالتأكيد مازال هناك الشيء الكثير للقيام به. نتحدث على مستوى العقل هذا باختصار عن المستوى الواعي أو العقلي عند الإنسان.

المستوى الروحاني

الروح هي مستوى الوجود الروحاني. وهذا هو مجال الحدس والإلهام والإبداع والتبصر والكشف والحكمة ومعرفة الله بشكل مباشر. ومن هذا المستوى نتخلى عن التمحور حول الذات (أنا صرة الكون) والتمحور حول الجنس أو العرق (الإنسان هو صرة الكون) ونتولى المسؤولية عن تحقيق التطور، لأن التطور لا يحدث في مكان ما من الخارج، بل نحن التطور. ولهذا المستوى أيضاً حاجاته الروحية الخاصة: تحقيق الذات، ومغزى الحياة، والتعبير الخلاق عن الذات، ومساعدة الآخرين في توسيع وعيهم.

والأمراض الروحية (نكرر: يجب عدم الخلط بينها وبين الأمراض النفسية) هي بالأصل أمراض العصر المادي. حيث تصطدم الحاجات الروحية الكامنة داخل الإنسان بالواقع فينتج عن هذا الصراع حالة فراغ تتحول إلى حالة مرضية.

وكما أن البعض في مجتمعنا يلجأ إلى ملء الفراغ بإدمان أشياء تعتبر الوجه الآخر للخواء الروحي، فإن البعض الآخر يتخذ من المستوى الروحاني أساساً لعلاج ما انكسر وتغرب وكُبت، وبواسطته يصل إلى الشفاء الداخلي ويحقق السعادة والرضا.

حياة واعية

سنهمل من الآن فصاعداً المستوى الجسدي ونركز بشكل

أساسي على المستويات الثلاثة العليا للكينونة البشرية: الانفعالي والعقلي والروحاني. فما يهمنا هنا بالدرجة الأولى هي العمليات التي نستطيع التأثير فيها بشكل مباشر من خلال التدريب الذهني وتدريب الحدس.

علاوة على ذلك هناك عمليات مداواة ذات أثر بالغ وشديد تأتي بالدرجة الأولى «من فوق». إن المداواة على المستوى الروحي (تحقيق الذات واكتشاف مغزى الحياة) تسهل المداواة على المستوى العقلي (التفكير الإيجابي والبناء) وهذا بدوره يسهل المداواة على المستوى الانفعالي (شعور متزنة وصادقة). نكون سليمين عندما نكون سالمين، وعندما نحقق اندماج المستويات الأربعة للوجود بانسجام في شخصيتنا.

سيتركز اهتمامنا الأساسي (خاصة في القسم الثاني من هذا الكتاب) على مسألة كيف تؤثر قوانين النجاح الفعلية كأداة للوعي على هذه المستويات الثلاثة، الانفعالي والعقلي والروحي، تأثيراً خاصاً.

ومضمون استعراضنا هو من ناحية أخرى ليس معرفة سرية متوقعة وأسطورية، لأن الأمر هو أداة عقلية لكل إنسان يريد أن ينهج نهجاً واعياً في حياته. والحياة الواعية هي فقط التي تليق بالإنسان وتتلائم مع جوهره، لأن الحيوانات والنباتات أيضاً تحيا لكنها لا تعيش.

إن التحدي لكل إنسان أن يفهم هذه المستويات الثلاثة

العليا للوجود ويدمجها في حياته بشكل إيجابي . والذين بإمكانهم خلق تفهم لهذه المستويات الثلاثة هم القادرون على التحرر من دور الضحية السلبي والتمسك بالحياة كمبدعين، وقيامهم فعلاً بتقرير حياتهم بأنفسهم. وعلاوة على ذلك فإن للانفتاح على المستوى الروحي والفائدة من القوة الحدسية أهمية ليس فقط بالنسبة للفرد، بل أيضاً بالنسبة لمستقبل الإنسانية.

انشغل معظم الناس في العالم الغربي - من خلال نظام التعليم - بالدرجة الأولى بإمكانية توسيع مداركهم وتحسينها. بينما تبالغ ثقافتنا (ومدارسنا) في تقدير العقل خارج نطاق حدود قدرته المنطقية.

إننا نتوقع من العقل أجوبة هي ببساطة مرهقة له. فالعقل لا يستطيع الإجابة على مثل تلك الأسئلة التي هي من اختصاص الروح.

ويتميز الرجال بشكل خاص في «إكبار» العقل، يتحدثون مع هذا المستوى بقوة لدرجة يتحولون فيها بسهولة إلى حكماء يسيرهم العقل. لكن العقل لا يحقق التوازن بدون القلب، ويؤدي آجلاً أم عاجلاً إلى التطرف والتعصب، الأمر الذي برز بما فيه الكفاية في مرحلة العقل هذه التي نمر بها الآن (الحدائث والتنوير).

ولكن غالباً ما يصاب شيء ما في الحياة بالفشل بصورة مفاجئة وغير متوقعة، فتوضح أزمات الحياة للعقل حدوده: مثلاً

عندما يفقد المرء عمله، أو يفقد إنساناً عزيزاً، أو عند الافتراق عن شريك الحياة، أو الإصابة بمرض خطير، أو الحوادث التي تبدو كأنها «ضربات القدر» (هكذا يطلق العقل على الأحداث التي تتعدى أفقه).

في الحالات التي يستسلم فيها العقل هناك إمكانيتان. إما الاستسلام الكامل وغير المنقوص والسقوط في القنوط واجترار الآلام، أي كما يقال العودة للوقوع في المستوى الانفعالي للوجود. إذ نفقد العقل ونتصرف بلا معقولية وبغاية الذعر.

أما الإمكانية الثانية فهي أن يخطر في الذهن حل يأتي من موقف أعلى (المستوى الروحي) إذا ما استطعنا الانفتاح على ومضات فكرية حدسية، بذلك نحول الأزمة إلى مزيد من الإدراك.

إن الأزمات هي أزمات نمو. وفي النهاية فإن كل أزمة يمكن تخطيها باكتساب الصديق الانفعالي والإدارة الواعية للأزمات وحكمة الحياة (الروحية في جوهرها). فالعقل يكون قد أدرك محدوديته فينتظم ضمن بقية أعضاء الفريق، الذين يؤدون اللعبة معه وهم: الجسد والشعور والحدس.

ثلاثة مستويات للوعي

يمكننا أن نفسر مستويات الكينونة الإنسانية الموصوفة موضوعياً (النظرة الخارجية) أيضاً ذاتياً كثلاثة مستويات للوعي

(النظرة الداخلية): العقل الباطني (الجسد والشعور)، الوعي (العقل) وما وراء الشعور (الروح).

العقل الباطني:

إن اللاشعور هو أولاً وقبل كل شيء المجال الهائل لوظائف الحياة الآلية. فكل شيء يتم في جسدنا أثناء النوم يتم باللاشعور.

تفوق عمليات الكيمياء الحيوية في خلايا الجسم التي يبلغ تعدادها 80 بليون خلية - وبفارق كبير - العمليات الصناعية لكل مصانع العالم. وكل ذلك يتم دون وعي منا. ألا يستحق ذلك كل احترام؟ (إذن هناك روح أخرى تفعل فعلها) تدخل في هذا المجال المنعكسات، والانفعالات السريعة، التي لا تتطلب تدخلاً واعياً (فالأجفان تنطبق مثلاً بشكل انعكاسي عندما يقترب منها أي جسم طائر).

كما تدخل ضمن هذا المجال أيضاً الأفعال الغريزية منذ أقدم العصور، أي ما يطلق عليه (دماغ الزواحف) فحالة إجهاد فجائي (صرير عجلة سيارة في الشارع على مسافة تشير الخوف) تسفر عن سلسلة كاملة من ردود الأفعال (انقطاع التنفس، ارتفاع ضغط الدم، تعرق الجبين، شحوب الوجه، زيادة توتر العضلات من أجل التمكن من القفز هرباً). فالجسم يقوم بردة فعل وكأنه أحس بوجود حيوان مفترس معادٍ: استعداد للهرب ذعراً للحيلولة دون الوقوع فريسة لهذا الحيوان المتوحش.

أما أنماط السلوك الأخرى المكتسبة، التي تحولت إلى آلية، فتذهب إلى العقل الباطني: المشية المنتصبة، قيادة الدراجة والسيارة، والضرب على الآلة الكاتبة بالأصابع العشرة، والأعمال المنزلية الروتينية في العمل ووقت الفراغ.

والشعور هي لا شعورية بمعنى ما قبل العقلاني، فالخوف الذي يظهر فجأة هو بحد ذاته لا شعوري، علينا أن نجعله شعورياً حسب درجة أهميته. وهذا ما يسمح لنا بالتعامل شعورياً مع الأحاسيس وليس فقط غريزياً.

قسم كبير من الثقافة المحيطة بنا يرسخ في العقل الباطني أو اللاشعور. فاللغة التي نتعلمها لها معان مختلفة، غالباً لا نعكسها إطلاقاً. وعن طريق اللغة نكتسب نماذج تفكير لاشعورية. فما هو الموقف الذي يتشكل مثلاً عند طفل يسمع دوماً كلمة «زنجي» بمجرد أن يرى إنساناً ذا بشرة داكنة؟ إنها ليست سوى التربية التي تترك في اللاشعور آثاراً واضحة للحياء، الشعور بالنقص والمعتقدات الداخلية المسببة للإكتئاب والتي هربت من الرقابة الواعية.

هناك الكثير من المعالجين النفسانيين الذين ينشغلون فقط بمعالجة خبرات الطفولة المقبضة ودمجها في نفس Psyche أدركت مرحلة البلوغ.

وهناك مجال كبير آخر، هو ما انتقل من الوعي إلى العقل الباطني، الذي هو ظل شخصيتنا، والمجالات المحرمة. هنا

تتحرك في نفسنا شكوك مرضية تضعنا في حالة من القلق الدائم، هنا يتجمع الهاربون والمخربون الذين يبدو أن لا شيء أفضل عندهم من وضع الحجارة في طريقنا وعرقلة سيرنا ومهاجمتنا وكأننا عدو. هنا يبدو الكثير «كشعور كاذبة»: الكره والشك والنشاط التخريبي.

إن العقل الباطني هو باختصار برنامجنا الداخلي، نظام المعمل، أو هو Software. هناك الكثير ممن يؤدي وظيفته بيولوجياً دون أية عقبات، وهو معقول ثقافياً، يقدم نفسه وفق مصالحنا. وهناك أقسام أخرى من البرنامج تتصرف بشكل خبيث كفيروسات الكمبيوتر أو: كأحصنة طروادية» مهربة، لكي تقوم بتوجيهنا من الداخل.

الوعي:

يعتبر الوعي الموجه لدفة المؤسسة. كثيراً ما يطرح السؤال التالي: هل يكبح الفارس (الوعي) جماح الحصان (العقل الباطني) أم أن الحصان يجمع إلى حيث يريد؟ إنها «سن بلوغ نموذجية» بلا شك. فكيفية التفاهم بين الجواد والفارس متعلقة بمقدرة الفارس وقابلية الجواد للركوب، والفارس الجيد يعرف كيف يسوس جواده، وكلاهما يشكلان وحدة منسجمة.

يبدأ الوعي منذ سنوات الطفولة المبكرة مع أول «لا» واضحة! وأول «أريد!». وفيما بعد تصبح مهمته عقلنة الشعور وتبرير السلوكيات وتوجيه الشك والانتقاد إلى الآخرين (أو إلى

الذات) وتقييم الناس والأحداث وإصدار الأحكام وحل المشاكل واتخاذ القرارات وتحديد الأهداف والتخطيط للمستقبل وممارسة السلطة على الآخرين (في الوضع العادي).

هنا، وعلى مستوى الوعي هذا، تكون بالدرجة الأولى «الأنا» في عرينها. تكون متمركزة حول ذاتها، مكابرة وتريد تنفيذ بغيتها. على هذا المستوى قلما يكون للرجل والمرأة أية فرصة للتفاهم، فالأمر يكون أشبه بمصارعة حول جدول الأعمال أكثر منه تعاوناً.

يمكن للأنا أن تكون قوية أو ضعيفة، يمكن أن تكون مبرمج النظام الذي يقرر المصير أو يتم التحكم بها من قبل القوى الداخلية (اللاشعورية) أو القوى الخارجية (البرامج، الأدوار) وغالباً ما يتم ذلك يداً بيد.

فإذا ما تم التحكم بالأنا من الخارج، فإنها تخضع لضغط تبريري دائم. إنها تحسن عقلنة أخرج ثورات الغضب، وتعرف أيضاً كيف تمجد الاستجداء المذري من قبل آخرين. هنا يقوم الوعي بدور العامل المساعد أكثر مما يقوم بمهام التوجيه.

إن «أنا» قوية تعرف كيف تحسن تقرير حياتها بنفسها وتعيشها، وليس هناك في هذا العالم أي اعتراض على «أنا» قوية، عندما تبقى في محلها ولا تنتزع السلطة المهيمنة المطلقة على العقل الباطني وما وراء الشعور بالأسلوب الإمبريالي.

ما وراء الشعور:

بينما يكون (في أحسن وأسلم الأحوال) وعي - الأنا هو الموجه للمشروع، يكون ما وراء الشعور هو القبطان، إنه «التوجيه الداخلي».

إن ما وراء الشعور هو المعبر عن المستوى الروحي وهو يتجاوز الشخصية، أي أنه ليس مرتبطاً بشخص معين، بل يمكن أن يكون أيضاً تعبيراً عن وعي الجماعة. وبالتالي يكون له من خلال ذلك طيف إدراك مختلف كل الاختلاف، يتضمن علاقات شاملة، وله مدخل إلى شمولية المعرفة وإلى مجال المعلومات العام. إنه نوعية الطاقة الكامنة فينا، القدرة على الإدراك الحدسي متجاوزة الزمان والمكان. كما يمكن فهم المستقبل المحتمل من خلال ما وراء الشعور بشكل حدسي والتنبؤ به خيالياً. وعلى المستوى الحيوي (الطاقوي) يتم نقل الأفكار من شخص إلى آخر وحتى بعيداً عبر القارات.

لا تنقصنا النتائج المبنية على أسس علمية، ولا العملية لهذه المعطيات، لكن ذلك لا يدخل ضمن مجال اختصاص العلم المنطقي العقلاني، بل ضمن مجال العلم الروحاني.

الشيء المهم بالنسبة للكثيرين هو أن يتعلموا مجدداً الانفتاح على هذه الطاقات التي تشكل أهمية كبيرة للنجاح الشخصي لكل فرد. فنحن نبحث عن توجيه لدى المعلمين الروحانيين. بالإضافة إلى ذلك لدينا التوجيه الأعلى لما وراء الشعور في داخلنا.

وهذا يعني: الإنسان يفكر والله يدبر. فمن يريد أن يعيش حياته واعياً مدركاً، عليه أيضاً أن يخضع لتوجيه الحدس القائم على القدرة والتدبير الإلهيين.

إن التدبير الإلهي يدرك كفاءاتنا ومواهبنا، وقدرتنا الخلاقة، ومهمة حياتنا ورؤانا، ويعرف ما هي المجالات المناسبة بشكل خاص بالنسبة للفرد لتحقيق نجاحات غير عادية وفريدة من نوعها. إننا نقدم الأفضل للإنسانية عندما نجعل من أنفسنا الأفضل. إنه كما يقال واجبنا التطوري، فعملنا هو الاستمرار بالإبداع بواسطة مواهبنا المتوفرة.

إن التدبير الإلهي موجود في كل وقت لتوجيهنا إذا ما انفتحنا على التوجيه وطالبنا به. وهو ينسق كل إبداعاتنا «الفردية» (التي تعني أصلاً غير المتجزئة) في إبداع متعاون للإنسانية كافة. كما أنه يربط بيننا جميعاً وعلى هذا المستوى نعلم: أننا واحد.

الطاقة والإدراك الطاقوي

إن كل ما يحيط بنا هو طاقة، أحياناً في حالة نقية ورقيقة، وأحياناً في حالة صلابة وخشنة. الطاقة هي القدرة لكل شيء، تجلي كل شيء، القوة الأساسية التي تحرك كل شيء وتبقى عليه في حركة. لكن الطاقة ليست مجرد بحر مترام من توتر قوى الطبيعة، بل تتكثف في أشياء معقدة كامنة في ذاتها. إن

الذرة هي أعجوبة من الذبذبات الطاقوية وإظهار للجزيئات. وأي بحر معقد من الذبذبات هو الإنسان؟

يمكننا أن نفهم المراحل السبع التي اعتمدناها مبدئياً لسلسلة الوجود الكبرى (1. الطاقة والضوء، 2. المادة، 3. الحياة، 4. الشعور، 5. العقل، 6. النفس، 7. الروح) على أنها تجليات مختلفة للطاقة المتكثفة.

فكلمة «طاقة» جاءت من اليونانية وتعني إلى حد ما «القوة الفاعلة» أو «قوة التوتر» أو «قوة الفعل». أما في دائرة الثقافة الصينية فتعبر كلمة «شي» عن الطاقة التي يمكن للمرء أن يحركها في الجسم ويركزها ويوجهها نحو هدف. كما أن عبارات مثل «تاي شي» و«كونغ فو» و«كيغونغ» هي فروع مرتبطة بالجسد وموجهة نحو السيطرة على طاقة الحياة واستخدامها الهادف.

كل إنسان يحس بهذه الطاقة بشكل أو بآخر. إنها الطاقة التي تدفعنا بشوق ولهفة وتجعل إحساسنا الجسدي الممتع يتذبذب. فالإنسان ذو العزيمة القوية هو عبارة عن حزمة من الطاقة بالمعنى الإيجابي للكلمة. فلديه الطاقة على إظهار كل تصورات. إنها طاقته التي تنتقل أيضاً إلى شركائه ومعاونيه لنشر التجلي الجماعي في العالم.

في النظرية النسبية ونظرية الفيزياء الكمية يتحول كل شيء إلى طاقة. هنا تصطدم الفيزياء الحديثة بحدود الفهم المنطقي -

العقلاني، التي يقف على الجهة الأخرى منها كبار علماء الفيزياء مثل «ألبرت اينشتاين وماكس بلانك وفيرنر هايزنبرغ ونيلس بور» الذين أدركوا فاعلية الروح في سريان وتجلي الطاقة.

وقد سبق للفيزياء الكلاسيكية أن أدركت أن الطاقة الفيزيائية فقط تتحول إلى أشكال أخرى من الطاقة (مثلاً الجهد إلى حركة) لكنها لا تفنى أبداً أو تُخلق من اللاشيء. فالطبيعة هي محطة توليد لهذه الطاقة الفيزيائية. وهذا ما ينطبق أيضاً على الطاقة النفسية، فنحن نتحدث عن «العقل الباطني كمصدر للطاقة» وعن الطاقة الكامنة في الأحاسيس. والانفعالات يمكن أن تكون مكبوتة بحيث يؤدي ذلك إلى مواقف خاطئة، ويمكن للأحاسيس المنطلقة من عقالها أن تتحول إلى نوبات بكاء ونحيب.

وماذا بشأن الطاقة على المستوى الذهني؟ ألا نتحدث أيضاً عن «قوة الأفكار»؟ ألا يمكن أن يكون للفكرة أيضاً قوة كقوة الخطوة الأولى؟ أليست هناك فكرة وحيدة تكمن خلف النجاح منقطع النظير الذي حققه «بيل غيتس» بجعل الكمبيوتر أداة لكل إنسان ببرامج مايكروسوفت؟

إن الطاقة على المستوى الروحاني هي طاقة شافية. لا نحتاج إلى المكوث قرب إنسان ذكي لكي نشعر بهذه الطاقة الشافية ونتلقاها بكامل المهابة والإجلال. إننا نتفتح بهذه الطاقة كالأزهار في نور الشمس. إنها الحياة في النور.

طيف الإدراك

لكي نتمكن من إدراك مجالات الطاقة المختلفة هذه، نحتاج إلى أدوات مختلفة للإدراك يمكنها أن تتجاوب مع هذه الطاقات حسب تنوعها.

إن إدراكنا للعالم متعلق بوسائط الإدراك. فالكلاب تسمع وتشم بطريقة مختلفة عنا، وللوطاويط أنظمة رادار خاصة بها. والصقور ترى بحدة أقوى. فإدراكنا يشكل إلى حد ما العالم الذي نعيش فيه.

لا يمكن للقدمين أن تدركا الضوء، بل العينان فقط هما اللتان تدركانه، ولكن العينين بدورهما لا تدركان الضجة، بل الأذنين. والبشرة هي وسيلة الإدراك بالنسبة للحرارة والضغط. ولا يؤدي اللسان وظيفته البيولوجية بمجرد البلع، بل هي وظيفة «المتذوق» في إدراك طعم الطعام.

اختصاراً: إن الحواس هي وسائل إدراك للطاقة الفيزيائية. ولكن كيف ندرك أشكالاً أخرى للطاقة مثل الأحاسيس، أي الطاقة الانفعالية؟

لن نسهل الأمر على أنفسنا. فهذه الطاقة ليست شخصاً يحدق عميقاً في أعيننا أو يهمس لنا بشيء في أذننا أو يدغدغ برفق شحمتها.

ثلاث كلمات على الهاتف «أنا معجب بك» هنا الإدراك

«يا سلام. إنه تصرّيح بالحب» هناك الإدراك. «إن ذلك ليس إلا مجرد خدعة، إنه يريد مني شيئاً» أية وسيلة من وسائل الإدراك تلك التي نستطيع أن تفسر المعنى الحقيقي لهذه الكلمات الثلاث بهذا الاختلاف؟.

إما أن تتجاوب شعورنا مع صدى هذه الكلمات الثلاث على الهاتف، أو أن تبقى باردة. فالأحاسيس إذن هي أيضاً وسيلة إدراك فعالة.

سيقول العقل في هذه الحالة: كلمات متماثلة تعطي معنى متماثلاً. إنه ليس على استعداد لتلقي الأحاسيس الكامنة بين الذبذبات الصوتية، أي بين السطور.

إن أحاسيسنا كتقمص عاطفي «شعور مشترك» هي أيضاً وسيلة إدراك انفعالي، أي «حاسة»، يمكنها أن تفسر المعنى الانفعالي لرنين الذبذبة الطاقوي.

إن وسيلة الإدراك بالمفهوم البيولوجي هي القلب، الذي هو في الواقع أكثر من كونه مضخة لجريان الدم. فمن يؤدي عمله بفضاظة بلا قلب (الكثير من المديرين) سيصاب سابقاً أو لاحقاً بمشاكل في القلب (أزمة قلبية).

هاملت! ما هو العضو الذي يدرك معنى هذا العمل، هل هي الطاقة الذهنية؟ فالعينان لا تريان سوى كتاب وصفحات وأحرف وكلمات وجمل، فكيف ندرك جوهر الرسالة التي ينقلها نص أدبي؟

«من خلال العقل!» يمكن أن يكون هذا هو الجواب الأقرب، حسناً. لا بأس! بعبارة أخرى: إن العقل أيضاً هو وسيلة إدراك، أي «حاسة»، من حيث أنه يدرك المضمون الفكري ويفسره. من ناحية بيولوجية فإن هذا العضو هو بالتأكيد الدماغ، فالدماغ ليس فقط مركز التحكم بالجهاز العصبي، بل أيضاً وسيلة إدراك الرسائل الذهنية.

لنتوقف هنا قليلاً! فمعارفنا هي الآن بلا شك مذهشة. وفهمنا للشعور والعقل (القلب والدماغ) كعضوي إدراك للطاقة الانفعالية والطاقة الذهنية، والاعتراف بهما كحاستين، هو من وجهة نظر طاقوية، منطقي ومقنع.

لكنه ليس كذلك بالنسبة للعلم (التقليدي) الذي لا يعترف إلا بالحقائق التي تقدمها لنا الحواس الدنيا الخمس، بالإضافة إلى الأجهزة التي تزيد من اتساع طيفها (مثل المنظار أو الميكروسكوب) فالأحاسيس (الشكل الانفعالي للطاقة) والتقييم (الشكل الذهني للطاقة) لا مكان لهما في العلم التقليدي. فالعلم، كما يقولون، يخلو من الانفعال والتقييم. لا بأس في ذلك ولا اعتراض لنا عليه. «العلم التجريبي» له مقولاته حول أشكال الطاقة الفيزيائية، لكن ليس حول الطاقة الانفعالية أو الذهنية أو الروحانية.

حسناً يا عزيزنا «العلم التجريبي»، فتحت قبة السماء هناك

الكثير مما لا يمكن لأفقك المحدود أن يستوعبه. فأنت «علم السهول» وعندك مسبقاً مشاكل خطيرة في تعريف «الحياة» لأنه الشعور والأحاسيس تبدأ هنا. يمكنك أن تساعد الناس في المسير على سطح القمر، لكن ليس لديك أي شعاع خافت من الحب والأخلاق والجمال.

وماذا بشأن الطاقات على المستوى الروحاني؟ بماذا ندرك هذه الطاقات الرقيقة؟

فهل الطاقة الشافية لشخص ماهر بالروحانيات، وتخاطر إنسان مع آخر والتوجيه الداخلي، هي إلهام؟ حتى لهذه لدينا وسيلة إدراك، يطلق عليها بأسلوب تقليدي اسم التأمل.

فلنطلق على وسيلة الإدراك هذه مؤقتاً اسم «العين الثالثة». وربما كان ذلك هو الهالة اللامادية التي تحيط بنا والتي تستطيع إدراك هذه الطاقات الرقيقة.

إن الإحاطة الدقيقة بكل ذلك ووصفه في المستقبل هي مهمة العلم الروحاني الذي بدأ الآن فقط يخرج إلى الوجود.



قدرة الوعي كقدرة حياتية

يمكنكم الآن أن تفكوا أحزمة الأمان! فقد انتهت رحلتنا فوق الغيوم في الفصل السابق وأصبحنا نقف على أرض صلبة. حتى ولو أن هذا الفصل سوف لن يكون مشواراً سهلاً في أرض سهلية، بل أقرب ما يكون إلى رحلة جبلية مثيرة، لكن على الأقل هناك دائماً أرض صلبة تحت أقدامنا.

عندما نتحدث عن القدرة فإن الأمر لا يتعلق بالفلسفة النظرية، بل بالقدرات العملية والسلوك العملي. فالشخص القادر يعرف ما يجب عمله، أي أن لديه قدرة على السلوك. فقدرة الوعي هي القدرة المتبقية على استخدام قوة الأفكار بشكل فعال لتشكيل حياته. يقود أو يُقاد، يسلك أو يُسلك له، يعيش أو يُستغل، يقرر بنفسه أو يُقرر عنه من الخارج. هذه هي البدائل التي تشكل تحدياً لقدرة الوعي.

تتيح لنا قدرة الوعي تشكيل حياتنا بأنفسنا والسلوك بإيجابية (وأن لا تكون ردود أفعالنا دائماً على المتطلبات الخارجية) وأن نقرر بأنفسنا أن نعيش بوعي وإدراك وشعور جارف.

وإذا ما تخيلنا أننا بذلك فقط نعيش على المستوى الإنساني الحقيقي (وليس لنا متطلبات: أي على مستوى الأحياء العادية والكائنات المجردة) عندها تصبح قدرة الوعي قدرة صرفة للحياة. عند ذلك تصبح الحياة تعاش وبحق على المستوى الإنساني.

الإدراك والوعي

بالنسبة للسير على الأرض السهلة وتفكير الأرض السهلة يصبح العقل والوعي بشكل ما الشيء نفسه. ويتوفر لدى المرء عقل صاف ووعي صاف. فما عساه يكون الفرق؟.

عندما نسير في السهل (نأخذ الأمور ببساطة)، يكون الشعور والحدس الشيء نفسه. وتكون النفس والروح الشيء نفسه. وبالتفريق الدقيق بين مثل هذه الأبعاد المركزية للحياة تبدأ الرحلة الجبلية، أي الحياة في مجالات أسمى. ولذلك سنقوم في هذا الفصل أيضاً بتمارين تجعل ما يتم مناقشته هنا قابلاً للإنجاز، ليس فقط على المستوى الفكري، بل أيضاً قابلاً للتطبيق في الحياة العملية.

إذن فالمهمة الملقاة على عاتقنا هي التفريق بين العقل والوعي، لشرح ما هي قدرة الوعي. إن ذلك يمثل قمة الجبل الذي علينا أن نتسلقه في هذا الفصل.

كثير من الناس «يعقلون جيداً» ولكن هل «يعون جيداً» بالضرورة؟

يعطينا تفكيرنا اليومي الملاحظة الأولى. فنحن نتحدث عن أناس «ذوي عقل» يسيرهم عقلهم، ونقصد بذلك بلا ريب المعنى الإيجابي. إنهم يتحيزون للعقل ويركزون عليه كثيراً، ويصدون عن المشاعر. يسيئون فهم ما هو ديني أو ما وراء المشاعر كشيء عقلاني أو يرفضونه كلياً. هؤلاء الناس «ذوو العقل» لا يقيمون وزناً إلا للعقل وكل ما عداه يعتبر بالنسبة لهم «لا عقلاني».

هذا المنظور الضيق وهذه النظرة ذات البعد الواحد يتضحان أيضاً في أنماط السلوك العنيد والجدي. فهؤلاء العقلانيون تنقصهم العاطفة وينقصهم يسر الوجود، ألا وهو الابتسام.

فالعقل الضيق والمحدود، ذو البعد الواحد، له دائماً موقفه الأناني والمكابر، يظهر بمظهر من يجيد مشروع الأنا الذاتية بتفرد لها، رغم أنه مثقل بها جداً ولا تفيد هذا المشروع أبداً.

يمكننا أن نكسر محدودية العقل، بسهولة نسبياً، بوسائله هو:

فالعقل هو التعقل والعقلاني. بديهي! ولكن بوهمه وجنونه يشوه سمعة كل ما عداه باعتباره «غير عقلاني». وهذا تكبر وعجرفة من جانبه.

يتوجب على العقل أن يتنازل عن كبريائه ويدرك أن

هناك شيئاً تحته، هو العقل الباطني، وأن هناك أيضاً شيئاً فوقه هو ما وراء المشاعر. وعندما يتمكن من التمييز بينهما، يرى في العقل الباطني ما أطلقنا عليه اسم «قبل العقلاني» (مصدر قوته الذاتية) ويرى في ما وراء المشاعر ما نسميه «وراء العقلاني» (نظام توجيهه الداخلي) عند ذلك لا يعود يشوه سمعتهما باعتبارهما «غير عقلانيين» بل ينتظم في صف هذا الفريق بشكل متعاون.

فالعقل المنفتح على العقل الباطني (المشاعر) يكتسب عاطفة، والعقل المنفتح على ما وراء المشاعر (الحدس) يكتسب يسراً.

إن الوعي (الوعي الذاتي) قادر على هذا التمييز. فقد عرف ما وراء المشاعر ودمج العقل الباطني.

إن الوعي ينقي العقل. إنه ينزل العقل من برجه العالي ويدله على موقعه في مشروع الأنا الذاتية. والوعي يحرر العقل من أنانيته ومكابرته. فحيث كانت الأنا - الأنانية ستكون الأنا الذاتية.

لكن الأمر يتعدى بكثير مجرد التمييز الذهني، إنه مجرد مقدمة ذهنية. فالأمر يتعلق بالحياة، إذ يتعلق الأمر هنا بتغيير جارف في حياتنا.

إن عقلاً مغلفاً ضد العقل الباطني وما وراء المشاعر لا بد أن يتضمن شيئاً مَرَضِيّاً. فسطوته على الشعور وتجاهله للحدس

يجعلهما يثاران لنفسهما، إذ يحولان داخله إلى ساحة حرب لقوى متصارعة.

ليس للأنا المنعزلة والمغلقة والمكابرة أية فرصة أخرى سوى أن تعيش، بشكل أو بآخر، بصورة غير قويمية (تجاه العقل الباطني) وكاذبة (تجاه نفسها والآخرين) وخداعة للنفس تجاه ما وراء المشاعر. (وسنعود إلى ذلك مرة أخرى في هذا الفصل).

إن عقلاً سبق للوعي أن قام بتنقيته، هو صادق وأصيل (بالتعاون مع العقل الباطني) مخلص لنفسه، عادل تجاه الآخرين، متواضع وعطوف (باعترافه بما وراء المشاعر). تلك هي قدرة الوعي التي يمكنها أن تغير الحياة بصورة دراماتيكية.

تمرين على استرجاع الوعي

لنعيش الآن عملياً ما سبق أن ناقشناه لكي نستطيع الحديث عن تجارب مشابهة. إننا نتجاوز في هذا التمرين حدود العقل المنطقي بوسائله الخاصة أولاً: بوسائل التفكير. إن منطلق التمرين العقلي هو أنا - الأرض السهلة والهدف هو قمة الجبل، والمشروع هو الأنا الذاتية.

إن الأنا المنبسطة تتطابق مع ما فيها. عندي شريك حياة عطوف. عندي ثقافة ممتازة. عندي أطفال رائعون، عندي منزل خيالي مع مرج أخضر. عندي حساب مصرفي يحبس الأنفاس. باختصار أنا أملك: إذن أنا موجود.

ما الشيء الذي تملكه ويشكل جزءاً مكوناً منك؟ حاول أن تضع لائحة صغيرة، إما في أفكارك أو على قصاصة ورق.

عليك أن تدرك أنك لست ذلك الشيء الذي تملكه. أن يكون لديك، يعني أنك تملك. وهناك دائماً مالك. فمن الذي يملك هذا الملك؟ من هو جوهر الـ«أنا أملك» ومن هو الـ«أنا بذاتي»؟. تخلّ في هذا التمرين عن كل شيء تملكه، لكن ليس عما أنت هو، من أجل الكشف عن الجوهر العاري «جوهرك الحقيقي». إن الأمر كما لو أنك تنزع أوراق ثمرة «الأرضي شوكي» من أجل الولوج إلى لبها. الرجاء تنفيذ كل جملة إلى أن تتعرف على جوهرها ثم تابع القراءة، ولا تخطئ لأن التمرين يبدو مضحكاً أول الأمر. ويفضل أن تتكيف بالتمرين أيضاً حسب لائحة ملكيتك الخاصة:

- عندي بيت، لكنني لست بيتي وأتخلى عن الاتحاد مع بيتي (هنا يمكنك أيضاً أن تستخدم ممتلكات أخرى مادية وذات وزن).
- عندي سيارة، لكنني لست سيارتي وأتخلى عن الاتحاد مع سيارتي (وهذا ما ينطبق أيضاً على مواد استهلاكية أخرى).
- عندي والدان، لكنني لست والديّ وأتخلى عن الاتحاد معهما.
- عندي شريك حياة، لكنني لست شريك حياتي وأتخلى عن الاتحاد مع شريك حياتي.
- عندي أطفال وأسرة، لكنني لست أطفالي وأتخلى عن الاتحاد مع أطفالي وأسرتي.

- عندي مستوى تعليمي معين ومهنة، لكنني لست مستوأي التعليمي ولست مهنتي وأتخلّى عن الاتحاد مع تعليمي ومهنتي.
- عندي جنسية، لكنني لست جنسيتي وأتخلّى عن الاتحاد مع جنسيتي.
- عندي شخصية، لكنني لست شخصيتي وأتخلّى عن الاتحاد مع شخصيتي.
- عندي جنس، ولكنني لست جنسي وأتخلّى عن الاتحاد مع جنسي.
- عندي سن، لكنني لست سني وأتخلّى عن الاتحاد مع سني.
- عندي جسد، لكنني لست جسدي وأتخلّى عن الاتحاد مع جسدي.
- عندي مشاعر، لكنني لست مشاعري وأتخلّى عن الاتحاد مع مشاعري.
- عندي أنا، لكنني لست هذه الأنا وأتخلّى عن الاتحاد مع الأنا الخاصة بي.
- عندي إيمان (ديني)، لكنني لست إيماني وأتخلّى عن الاتحاد مع إيماني.
- عندي ماض وتجارب، لكنني لست ماضيّ وتجاربي وأتخلّى عن الاتحاد مع ماضيّ وتجاربي.

هكذا يمكنك الكشف عن ذاتك كلياً، وحالما لا تعود

متحداً مع أي شيء، وتتخلى عن أي ثقل من أثقال الاتحاد (الالتزام)، تعرف بكل يسر ماذا يعني: أنا أكون. هذه هي القمة. وهذه تجربة سامية يتحرر فيها العقل من الالتزامات الخاطئة ويصفو ليتحول إلى وعي.

وإذا ما اعترضتك مشاكل في هذا التمرين فإنك تعرف على الأقل أين «بقيت معلقاً» وبماذا ما زلت عالقاً. إن ذلك هو ارتباطك. هل عند مسألة «الشخصية»؟ ربما تقول: ليس عندي شخصية، بل أنا شخصية. وهذا تعبير عن أنك ما زلت ملتزماً (متحداً) بشخصيتك، وغير قادر على التخلي عنها. وإذا ما تركت شيئاً في هذا التمرين فإن ذلك لا يعني أنك لاشيء، حتى ولو أنك تركت قضية الشخصية، يبقى شيء، جنسك مثلاً....

إنه لمن المهم في هذا التمرين أن تتم دراسة كل جملة من جملة بهدوء وتأنٍ والاستشعار دائماً: أنه عندما أتخلي عن شيء يبقى في شيء. والشيء الذي ما يزال موجوداً وبقياً هو جوهرى «أنا أكون».

يساعدك هذا التمرين لمعرفة من أنت بالفعل. وشعار هذا التمرين هو: عليك أن تصبح ما أنت بالفعل!.

إن العقل المنطقي يصاب باليأس، كيف يمكن للمرء أن يكون ما هو كائن؟ إن ذلك غير منطقي. هذا هو المطلوب، يقول الوعي. هذا تناقض، لكن هذا هو الواقع. إنه ليس منطقياً، بل متناقضاً.

والفيزياء الحديثة تدرك تناقض الواقع. فالضوء هو واحدة من هذه الظواهر المتناقضة. الضوء هو جزيء وموجة، بل ليس جزيئاً وليس موجة. فكيف ستوضح ذلك للعقل؟

والآن جاء دور الامتحان لمعرفة فيما إذا كنت قد بلغت أوج الإدراك. الرجاء أن تقرأ الجملة التالية على سبيل التأمل:

للوصول إلى حيث كنت دائماً
عليك أن تسلك الطريق الذي لا وجود له

الوعي فقط هو الذي يستطيع إدراك حقيقة هذه المقولة، أما بالنسبة للعقل المنطقي فإن مثل هذا الـ Koan هو هراء (*) .

هل أنت الآن في وعيك؟ وهل تنطلق من الخبرات نفسها؟ وهل لديك النظرة نفسها من القمة؟ أعد التمرين على هذه الفقرات برغبة، حتى مع لائحة ممتلكاتك الخاصة. فهذه الخطوة أساسية لفهم هذا الكتاب.

القدرة الانفعالية

لقد خلصنا العقل من أنانيته وادعائه بالتفرد من خلال

(*) (كوان: koan هو سؤال لغز يعبر عن مأزق عقلي يطرحه المعلم الروحي البوذي على الراهب المبتدئ. مثال: «عندما تصفق اليدين تحدثان صوتاً» هل تستطيع الإصغاء إلى صوت اليد الواحدة؟). (عن: المعتقدات الدينية لدى الشعوب - سلسلة عالم المعرفة العدد 173 - المغرب).

الوعي، وبإمكاننا الآن أن نسلك الطريق الذي يؤدي إلى إنهاء الحرب بين العقل والمشاعر ونحصل على القدرة الانفعالية.

عندما يتصارع العقل مع المشاعر، تلتزم طاقتهما موقف الحياد تجاه بعضها بعضاً، وغالباً ما يؤدي ذلك إلى انفجارات مشاعر فجائية وانفعالية.

فالطفل في سنوات حياته الأولى ليس إلا «مجرد مشاعر» يعيش في محيط من الانفعالات والرغبة والضييق. إنه متحد كلياً مع مشاعره ومنفتح، لكنه أيضاً مرتبط بحب الوالدين وعطفهما وبخاصة الأم. والشيء الذي ترفضه الأم وتعاقب عليه من مظاهر انفعالية طفلية (مثل رغبة الطفل في جسدها) يصيب الطفل بالكبت حتى لا يفقد حب الأم. لكنه بذلك يفقد أيضاً التواصل الحميم مع مشاعره الخاصة، ويفقد ثقته بها (وبالتالي بنفسه) ويستغني عن أجزاء من ذاته. ومن أجل كبت هذه الطاقات يستهلك، هو نفسه، طاقة.

ولا يقتصر الأمر على ذلك: إذ أن جزءاً من الذات يعتدي على جزء آخر ليكبته، وهذا ما نسميه «العدوان الذاتي»، كما تعبر عنه مظاهر معينة مثل قضم الأظافر على المستوى الجسدي. هنا تنشأ عند الطفل «حرب داخلية» سببها الأم التي اتخذت العقوبة.

يفقد الطفل، من خلال هذا الكبت الذاتي، الولوج إلى قدراته الذاتية التي لا تستطيع الخروج إلى السطح إلا مصفاة،

فتصبح مشاعره الخاصة غريبة عنه، ويصبح غريباً عن نفسه، أي أنه يصبح كما يقال غير أصيل، بل مزور ولا تعود حياته المشاعرية أصيلة بل مزيفة.

يقوم بهذا الجزء من التغريب الذاتي الفتيان والفتيات على السواء، فالتخلي عن المشاعر الأولية غير مرتبط بالجنس، ويجعل من جميع الأطفال الصغار ضحايا البالغين.

كان على العقل، ومع تطوّر الطفل، وبخاصة عن طريق اكتساب اللغة، أن ينفصل عن المشاعر ويتحرر منها. وهنا يمكن للعقل أن يتحد مع المشاعر «المتبقية» أو يقيم حدوداً بينه وبينها. وبذلك تُفتح «جبهة قتال ثانية» في داخل الطفل.

إن الاغتراب الثانوي الناتج عن المشاعر الذاتية، وعن القدرات الذاتية، وعن مصدر القوة الذاتية الداخلي، يصيب غالباً الصبيان بشكل يختلف عن البنات من خلال التربية الخاصة بدور كل منهما. (فالصبي لا يبكي) هذا هو الأمر القاطع لهذه المرحلة الثانية من كبت الانفعالات.

وبينما تتعلم الفتيات التعبير عن مشاعرهن، يتعلم الفتيان كبت مشاعرهم وعقلنتها. وإذا ما سُمح لنا بإيراد مثال توضيحي نقول:

بينما تقول الفتاة: «لا أنزل إلى القبو لأنني أخاف» يقول الفتى: «لا أنزل إلى القبو لأنني أريد الآن أن أذهب للعب».

فالرجال بنوا على هذه القاعدة علماً لا انفعالي ونظاماً
اقتصادياً بارد المشاعر وخسروا بالتالي أية قدرة انفعالية.

وفي عالم الأعمال تكون المراعاة للمشاعر مضرّة
بالصفقات ولا تفيد هنا سوى سطوة القوي التي لا ترحم (تجاه
منافسيه وتجاه موظفيه).

لنوجّه وعينا الآن نحو العقل الباطني، ولكن ليس كمنطقة
معادية (كما يفعل العقل) بل كمصدر قوة و طاقة.

إن اكتساب الطاقة الانفعالية من خلال توسيع الوعي يعني:

- الانفتاح على المشاعر والتوقف عن كبتها.
- إلغاء الحصار المفروض على المشاعر والسير في تيارها.
- إمكانية التعبير العفوي عن المشاعر.
- أن نعيش المشاعر الحقيقية وليس المزيفة.
- استيعاب «الظل» في الوعي وإنارته.
- استخدام كامل طاقة العقل الباطني.
- وإمكانية الكشف عن طاقاته.

هذا هو برنامج اكتساب القدرة الانفعالية عن طريق الوعي.

ما هي علامات إدراك القدرة الانفعالية؟ إن شخصاً ذا قدرة
انفعالية:

- لا يعيش الأحلام ككوابيس إلا نادراً.

- قلما يتصرف نتيجة هيجان وانفعالية ويشع هدوءاً حنوناً وطمأنينة غير مصطنعين نحو الخارج.
 - لا يعرف المشاعر المزيفة مثل الغيرة والكراهة والجشع والغضب والعدوانية والاحتقار.
 - يستطيع التعبير عن المشاعر الخالصة مثل الحب والعطف والإعجاب وكذلك أيضاً الخوف والحزن والأسى.
 - يشع استقامة وصدقاً وإخلاصاً وثقة وأصالة.
 - يعيش مليئاً بالقوة والحيوية ومفعماً بالحماس.
- يجب أن يكون التمرين الأول لاكتساب القدرة الانفعالية
أول الأمر عبارة عن عملية مراجعة. إلى أي حد حققت الصفاء
مع عقلك الباطني ومع مشاعرك؟
أرجو أن تجيب عن هذه الأسئلة والأفضل كتابة:
- في أية حالات أخجل وأشعر بالحرج، هل من موقف أخجل منه؟
 - متى تكون ردة فعل جسدي غريبة عني (الاحمرار مثلاً) وأين لا يتجاوب معي جسدي (مثلاً في الناحية الجنسية من خلال القدرة غير الطليقة، الذكورية أو الأنثوية).
 - ما الذي لا استسيغه في نماذج سلوكي، وما الذي لا أقبله، هل أحاول أن أخفيه عن الآخرين؟.
 - متى أشعر بأنني عنيد جداً وغير مرن؟ متى بكيت آخر مرة؟ ولماذا؟

- أين أكون انفعالياً؟ متى تنفلت عندي المشاعر بشكل غير محسوب (مثلاً حمرة الخجل) أو هل تحدث ردود فعل هيجانية؟
 - هل أنا غيور؟ هل أستطيع أن لا أنفر من الناس؟ وأي ناس؟ ماذا استقبح فيهم؟
 - هل قدماي ويديا باردة دائماً (دلالة على عدم تدفق الطاقة)؟ هل أتصيب عرقاً في مواقف محرجة؟ متى تنزل المشاكل إلى معدتي فيكون رد فعلي عليها هو الإسهال؟ بشكل عام: كيف تعبر عندي المشاعر المكبوتة عن نفسها من خلال «الوعكات» الجسمية؟ هل أفهم هذه اللغة؟
 - أية علاقات تربطني بوالدي؟ وأية علاقات بيني وبين الجنس الآخر (كل ذلك ليس سوى مجرد مرآة للصراعات أو الانسجام مع العقل الباطني الذاتي)؟
 - كيف أقيّم نوعية أحلامي؟ هل هي رسالة لي يمكنني أن أفسرها؟
 - كيف أعبر عن الحب والعطف والحنان تجاه الآخرين؟
- الرجاء الآن القيام بهذا الجرد كتابياً. إنه كما يقال «التشخيص» الواعي (المراجعة) والخطوة الأولى نحو القدرة الانفعالية. ومع مرور الوقت سوف تجيب على هذه الأسئلة بشكل مختلف، وتقترب أكثر فأكثر من المثل الأعلى للقدرة الانفعالية. أخيراً كيف أصل فعلاً إلى القدرة الانفعالية؟

القدرة العقلية

إذا ما نشب صراع بين المشاعر والعقل، فلن تكون النتيجة مجرد كبت وتشويه للمشاعر، بل سيصاب العقل بالتشويه أيضاً. بذلك يصبح العقل أقرب إلى كونه عقلنة من كونه عقلاً (Ratio) وأقرب إلى التبرير منه إلى الفهم، وأقرب إلى تشويه الواقع منه إلى الإدراك الحقيقي للواقع، يقيّم من منظور أناني أكثر من تقييمه من وجهة نظر سامية.

يصبح التفكير الجاف من دفع المشاعر عنيداً، دوغمائياً، خالياً من الدم ولا حياة فيه. عندها يصبح التفكير أقرب إلى الارتكاسية (التأمل) منه إلى الاستدلالية (التفكير التنبؤي). هنا يقف المرء دائماً أمام مهمة وجوب حل المشاكل بدلاً من بناء المستقبل نفسه بصورة مباشرة.

فاكتساب القدرة العقلية من خلال توسيع الوعي يعني:

- تطوير سلوك سليم يتسم بالنقد الذاتي، يمكنه أن يسخر من نفسه.
- أن يكون واقعياً وحقيقياً تجاه نفسه، وأن لا يضلّل نفسه ولا يخدعها.
- أن لا ينجر إلى تقليد أفكار الآخرين، بل أن يفكر بطريقة مستقلة.
- أن يكون له رأي مستقل وواثق.
- أن يستطيع الاعتراف برأي الآخرين ولا يسفهه بمكابرة.

- أن يكون منفتحاً على المعارف الجديدة وقادراً على التخلي عن الأحكام المسبقة والخطئة.
 - أن يكون قادراً حتى على تغيير رأيه، ويعترف بالخطأ، حتى أمام الآخرين.
 - أن يكون له موقف إيجابي من التعلم، ويزيد من معارفه الفكرية باستمرار، ويتعلم من الأخطاء.
 - أن يعترف بالجانب الإيجابي في كل شيء ويسمع كلمته، أي أن يكون قادراً على تحويل ما يبدو سلبياً إلى إيجابي.
 - أن يدون أفكاره وأن يخطط لحياته حتى كتابياً.
- هكذا تبدو القدرة الذهنية في وعي ذاتي حقيقي. فمن خلال القدرة الذهنية يتحول التفكير بالأنا إلى وعي ذاتي حقيقي. ومن أجل اكتساب القدرة الذهنية فمن المناسب في الخطوة الأولى إجراء مراجعة: إلى أي مدى استطعت أن تتجاوز تفكيرك الأناني وتكتسب الوعي الذاتي؟
- الرجاء أن تجيب أيضاً على الأسئلة التالية، ويفضل أن يكون ذلك أيضاً كتابياً:
- هل أنا صادق مع نفسي؟ متى أخادع نفسي وفي أية ناحية؟
 - كيف أحقق صورتي الذاتية؟ هل يشاطرنني الآخرون ذلك، أم أن لهم رأياً آخر؟ هل أعرف الضبط ماذا يظن الآخرون بي؟ هل أهتم بذلك؟ وهل أسأل عنه؟
 - ما هي آخر الحلول التي ابتدعتها من خلال تفكيري الخاص؟

- متى تخليت عن رأيي لأن أحداً أقنعني بذلك؟
- أين أتبنى بحزم رأياً آخر كشريك؟ وهل يمكن لي أن أعرض هذا الرأي وأنا واثق من نفسي؟
- ما هي الأخطاء التي أدركتها واعترفت بها أمام الآخرين؟
- ماذا تعلمت في الآونة الأخيرة؟ وبأي اتجاه أطور فكرياً في هذه المرحلة؟
- ماذا يعني بالنسبة لي التحدي الروحي؟
- ما هي الأمثلة الموجودة تحت تصرفي بحيث حولت حالة كانت صعبة أول الأمر، بطريقة استدلالية، إلى إيجابية؟
- الرجاء أن تقوم بهذا الجرد كتابة. إن الإجابة مرة أخرى لاحقاً عن هذه الأسئلة سوف تظهر لك كيف تطورت فكرياً، وكيف اكتسبت المزيد من الوعي الذاتي والقدرة الذهنية.

القدرة التواصلية

تعتبر القدرة التواصلية شيئاً أساسياً بالنسبة لفعالية الشراكات الخاصة والمهنية. فكم من الناس «لم يعد لديهم شيء ليقولوه للآخرين» أو «لا يتفاهمون ويحكي الواحد منهم في واد والآخر في واد»؟ فعندما يصبح التواصل صعباً، أو حتى غير ممكن، فسوف ينحل نظام الشراكة هذا عاجلاً أو آجلاً. أما التواصل الفعال، فعلى العكس، فإنه يربط أجزاء مع بعضها البعض، وتنتج عنه الوحدة السامية والكمال. فالقدرة التواصلية هي بالنسبة للنظم الجماعية حدسية، محافظة على الحياة وتطورية.

إن جمعاً من الأنانيين لا يشكل نظاماً جديداً مختلف النوعية، بل لا يتعدى أن يكون تجمعاً منظماً. وهذا الجمع يحافظ على كيانه من خلال قواعد واتفاقات وربما أيضاً من خلال دكتاتورية «آمر وناه». أما التواصل، فعلى العكس، فإنه يبت الحياة في النظم، وينقل التنظيم (حتى ولو كان مؤلفاً من شخصين) إلى كائن حي.

حتى المليارات من الخلايا الجسدية مرتبطة مع بعضها البعض بشكل تواصل. أما الخلايا السرطانية فعلى العكس، إذ من المعروف عنها أنها تخالف هذا الجمع التواصلي، وتفقد التواصل مع الجسد، وتسير على برنامج خاص بها.

تعيش الشراكة من التبادل الانفعالي والروحي، لأنها وحدة منظمة (كعلاقة زواج، أو شراكة تجارية) وبذلك تحتاج إلى تركيب وحركة وطاقة وروح، وكلما كان التبادل بين الشركاء ممكناً، حقق هذا النظام المزيد من التعاون.

يتبع للقدرة التواصلية كل من القدرتين الانفعالية والذهنية. إنهما الساقان اللتان تقف عليهما القدرة التواصلية، لأن التواصل الحقيقي يشمل تبادل المشاعر الأصيلة والتفكير الحقيقي.

وكلما زادت الطاقة الانفعالية والذهنية لدى الشركاء، ازدادت الطاقة التواصلية والقدرة على حياة كامل النظام. فالتواصل يخدم دائماً الكل وهو يرتكز على قدرة فعالية الكل. ولا يؤدي وظيفته أبداً منفرداً، أو كما يقال، (كشارع ذي اتجاه واحد) بل هو حوار.

تعني القدرة التواصلية من خلال توسيع الإدراك بالنسبة لنظام المجموعات (من العلاقة بين اثنين حتى الشراكات التجارية):

- أن هيكل النظام لا يحافظ على تركيبه من خلال القسر، فالتواصل الحقيقي يتطلب الطوعية.
- أن لكل هدفاً معروفاً للجميع ورؤية مشتركة، وهذا الهدف له استقلاليته الواضحة عن «العالم الخارجي» وله هوية جمعية (هوية - نحن).
- يشارك الجميع في تطوير النظام وفي الربح. ولا يؤدي النظام عمله على حساب الأجزاء المكونة له، بل هو نظام ربح لكل هذه الأجزاء. وهكذا فمن المجدي الاستفادة من النظام انفعالياً وذهنياً.
- يشكل العطاء والأخذ توازناً، أي يقفان في علاقة متكافئة.
- يسود جو من الثقة وليس من الرقابة. كل شخص يحتل مكانه في النظام، يكون مسؤولاً عن الجميع ويشعر بالسعادة. ولا يقتصر الأمر على تقدير الأمانة والصراحة بل يكافئ عليهما.
- ليست هناك خدع في النظام أو مضاربة أو تسلط. فانتشار مثل هذه الظواهر يهدد وجود النظام.
- يتم تقييم الإلهام الانفعالي والذهني على قدم المساواة، ويتم التعبير عن المشاعر ورعايتها بصدق.
- يتم تبادل الأفكار بشكل خلاق وبناء. ومن خلال النقد المتبادل (غير الشخصي والجرح) والنقد الذاتي المتبصر

الواعي للمسألة، يتم التوصل إلى إجماع سام (وتُرفض الحلول الوسط المشكوك بأمورها).

في مثل هذا الجو يمكن للقدرة التواصلية للفرد أن تسهم بشكل حاسم في نجاح المجموع. فالمجموع لا يمكن أن يتطور إلا هكذا (جماعياً) وكما تسمح به القدرة التواصلية للأعضاء كأفراد.

نريد أن ننهي هذه الفقرة أيضاً بمراجعة. إلى أي مدى حققت قدرتك التواصلية تقدماً مسبقاً؟ الرجاء الإجابة على هذه الأسئلة التالية كتابياً أيضاً.

- ما هي النظم التي تعيش فيها ضمن دائرة نفوذ مباشر (خاص أو مهني)؟ وما هي المجالات التي تشعر أنك مسؤول عنها؟
- هل تشعر أنك «مسؤول» عن نظام «الإنسانية على كوكب الأرض»؟ وأين يمكن أن تكمن مسؤوليتك؟ هل تستطيع التواصل مع الأرض والطبيعة والنباتات والحيوانات؟ وأين يكمن التبادل؟
- كيف تنظر إلى نظام (رجل - امرأة)؟ ما هي مهمة الفرد في الحفاظ على كامل النظام، كنظام لحياة مشتركة، كمجتمع حب، وكمجتمع من أجل تطور فكري وروحاني؟ كيف تتواصلين كامرأة؟ كيف تتواصل كرجل؟ ما هي القدرة التواصلية عندك وعند الجنس الآخر؟ هل ترى في التبادل الجنسي شكلاً من أشكال التواصل؟

- كيف تنظر إلى «النظام الأسري» نظام «الأبوين - الطفل»؟ ما الذي يشكل كيان هذا النظام؟ ما هي مهمة الأفراد؟ ما هو الإسهام الذي يقوم به الأطفال (اعتباراً من سن الرضاعة) من أجل أن يؤدي النظام وظيفته؟ أين تكمن القوة التواصلية للأطفال؟
- ما هي الأدوار (التي يمكن أن تكون متنوعة) التي نأخذها في مختلف المجموعات؟ قائد؟ صانع؟ منظر؟ محلل؟ منظم؟ حلّال مشاكل؟ عنصر منسق؟
- هل تحسن الإصغاء؟ هل أنت معروف بحسن الإصغاء؟
- هل لديك الانطباع أن الآخرين يفهمونك، أم تشعر أنك غير مفهوم بالنسبة لهم؟
- أين تعتقد أنك مضطر للتحايل على الناس كمجموعات؟ هل تصطنع أوهاماً أو تدبر مكائد صغيرة؟
- هل أنت صادق؟ أين تعتمد إلى الكذب الاضطراري؟ أين تخلق للآخر شيئاً لأنه «غير قادر على تحمل الحقيقة»؟ أين تخفي أسرارك عن الآخرين؟
- أين تعيش حياة مزدوجة؟ أين تقدم نفسك «بوجهين»؟
- هل تطلب من الناس أن يعطوك إجابة Feedback وهل تشجع الآخرين على انتقادك؟ كيف يكون رد فعلك على الانتقاد؟ هل تعلمت من الانتقاد وتغيرت نتيجة ذلك؟
- هل تستطيع أن تقول رأيك بصراحة للآخرين دون أن تجرحهم؟

- هل أنت شخص مستقيم وصادق، ومخلص وجدير بالثقة؟
هل أنت واثق أم عندك شك؟
- على من يمكنك أن تطرح أسئلة من أجل إجابة Feedback
علنية؟ ومتى تفعل ذلك؟

الرجاء أن تقوم أيضاً بهذه المراجعة «التشخيصية» والأفضل أن يكون ذلك كتابياً، فالأسئلة توجه اهتمامك إلى نقاط ذات أهمية كبيرة بالنسبة للقدرة التواصلية. هنا أيضاً يمكنك، وبتطورك الشخصي، أن تغير الأجوبة مع مرور الوقت.

القدرة الروحية

عندما نتكلم عن القدرة الروحية، نركز على قدرة السلوك، القدرة على فعل شيء. فالقدرة الروحية هي أكثر من إدراك (حدسي)، بل هي سلوك روحاني. والقدرة الروحية مبنية بدورها على القدرة التواصلية وتقوم بتحويلها. لأن القدرة التواصلية تتطلب مسبقاً التخلي عن الأنانية، والتركيز على قدرة فاعلية النظام، والقدرة على التأقلم بثقة مع نظام قائم مسبقاً.

بالقدرة الروحية نراقب حياتنا الخاصة والحياة التي تجري حولنا من «منظور أعلى» فيصبح تصرفنا مفيداً لنا بالذات وللناس الذين نعيش ونعمل بينهم، وللنظام بأكمله. فالقدرة الروحية موحدة.

بإمكاننا بالقدرة الروحية أن نجد مسلكاً إلى أنفسنا، مسلكاً

إلى توجيه داخلي. يبدو الأمر وكأنه أصبح لدينا الآن توجه جديد كلياً في الحياة، وكأن الربان قد جاء لتسلم دفعة قيادة سفينة تائهة. إننا نضع ثقتنا بقيادة داخلية ونترك لها أمر قيادة أمرنا، فيصبح تصرفنا حكيماً.

بالقدرة الروحية يصبح أيضاً بمقدورنا أن ندب الروح في مجموعة. ومن خلال الولوج إلى روحنا الخاصة ندرك أيضاً روح الآخرين. إن مجموعة حيوية متواصلة (حبيبين، أسرة، فريق عمل) تكون روحاً خاصة بها، روحاً جماعية. إنها نوع آخر مختلف كلياً من الأمان والضمان. فالمجموعة ليست مؤلفة من كائن فرد، بل هي كائن بحد ذاتها، وتدرك ذاتها باعتبارها «عضواً» في مجموعة أخرى أكبر.

القدرة الروحية هي في آخر الأمر الإدراك الحقيقي للحدس وتحويله (بلا تردد ولا شكوك) إلى سلوك.

لنقم بمراجعة «الروحية». إلى أي مدى تطورت قدرتك الروحية؟

يرجى الإجابة عن الأسئلة التالية والأفضل كتابة:

- هل لك منفذ إلى «صوتك الداخلي» (الذي ليس من الضروري سماعه، بل يمكن أن يكون نوعاً من اليقين الداخلي) هل أصغيت يوماً إلى هذا «الصوت» وتيقنت أنه كان معيناً كبيراً لحياتك؟
- ما كثافة تواصلك مع هذا «الصوت الداخلي» أو هذا التوجيه

الداخلي، هل خلعت عليه اسماً؟ هل تتواصل معه وكأنك تتواصل مع إنسان؟ ما هي الشخصية الأقرب إلى هذا التوجيه؟ هل لها جنس معين؟ هل لها شكل الوالدين؟ أو شكل الصديق؟ أو الصديقة؟ أو العشيق؟ أو الحبيب؟ أو الملاك؟

- هل لديك إدراك واضح «للضمير»، للأخلاق والقيم التي «تقول» لك ما هو الصحيح أخلاقياً والمدرک للمسؤولية؟
- ما هي نفسك؟ وكيف تعبر عن ذاتها؟
- كيف تتجاوب مع دوافع السلوك الحدسي؟ هل تختبرها بشكل انتقادي أم تضع مثل هذه الدوافع باطمئنان موضع التنفيذ؟ هل أنت نوع عفوي من الناس، أم أقرب إلى كونك شكاكاً؟
- أين حولت دوافع السلوك الحدسي لصالحك بشكل عفوي؟
- هل يمكنك أن تدرك روح مجموعة؟ هل لعلاقتك مع القرين روح مستقلة؟ وكيف تغذي هذه «الروح القرينية»؟
- هل عندك المشاعر بأنك بركة للآخرين ومفيداً لهم؟
- هل تشعر شخصياً بالحاجة لمساعدة الآخرين في تشكيل وعيهم؟ هل تدرك النتائج سلفاً؟ هل ترين بنفسك معلمة روحية، بالنسبة للأطفال مثلاً؟ وهل ترين في الأطفال كائنات روحانية، يمكنك أن تتعلمي منهم؟

ربما أصبحت لديك بهذه الأسئلة معظم المسائل، ولا يمكنك فعل شيء معها أو ربما فعل القليل. هنا بشكل خاص

يكون من المفيد أن توثق حالة الوعي الآنية لديك لتجري مقارنة في نهاية هذا الكتاب.

إذا كنت قد أجريت التمارين المقترحة في هذا الكتاب، فهل سيتولد لديك عندها وعي بالأسئلة؟ وهل ستجيب عنها بشكل مختلف؟ وهل ستكون قدرتك الروحية قد حققت انطلاقتها؟

القدرة التخاطرية

إن التخاطر، كما يقال، هو تواصل روحي، فأنت تتواصل مع شخص (عادة من المقربين منك) دون حضوره جسدياً، ودون كلمات، ودون أدوات تقنية. من خلال التخاطر تتواصل نفوس مع بعضها. والتخاطر هو حقيقة ناصعة، فعن طريق التخاطر لا يمكن للمرء أن يخدع الآخر وأن يتحايل عليه.

لذلك فإن التخاطر يفعل فعله لدى المحبين بشكل جيد: إذ يلتقون دون أي اتفاق مسبق في مكان، ويشعرون إن كان الآخر بحالة جيدة أم لا، ويشعرون متى تكون هناك حاجة إلى اتصال هاتفي (كنت أفكر بك في هذه اللحظة فأردت أن أكلمك بنفسي) ويشعرون متى يكون الآخر معرضاً للخطر، ويشعرون أيضاً بالإخلاص الروحي أو عدم الإخلاص.

الأمهات يعرفن هذا المشاعر (وهنا نتعمد الابتعاد عن عبارة إحساس) تجاه أطفالهن الصغار. إذ يجري تواصل قوي،

رغم أن تطور الطفل اللغوي لا يسمح بذلك على المستوى الشفهي، إنه «فهم أعمى عاجز عن الكلام».

يمكن للتواصل مع الحيوانات أن يكون ذا طابع تخاطري قوي جداً. فالحيوانات في مجتمع البشر (الكلب هو أحد أفراد الأسرة) هي الأكثر إتقاناً للتخاطر، لأن عليها أن توسع من بناء هذا الشكل من التواصل في نظام الأسرة كبديل عن التواصل الكلامي. وكلما زاد إدراكنا لقدراتنا التخاطرية وقمنا بتدريبها وتوسيعها، استطعنا أن نتواصل بصورة أفضل مع الحيوانات المنزلية.

تشرط القدرة التخاطرية وجود قدرة تواصلية وروحانية وتحولها. ومن يقوم بإجراء تواصل انفعالي وذهني مشوه، يحرم من التواصل التخاطري. ومن يكون منغلِقاً على المستوى الروحاني، لن يكون بإمكانه الاستفادة من التواصل التخاطري.

وحيث نشعر مشاعراً قوياً بالحب ونصبح مفعمين به كلياً (مثلاً كعاشقين، كوالدين عطوفين، وكشخص مهتم بالحيوانات المنزلية) نتعرف على التخاطر كجزء من قدراتنا الإنسانية.

إلى أي مدى تطورت قدرتك التخاطرية وتواصلك؟

نرجو الإجابة على أسئلة هذه الفقرة أيضاً كتابياً، ويفضل أن تكون مرفقة بالتاريخ:

- هل التخاطر بالنسبة لك شعوذة أم قدرة على مستوى روحاني يمكن للمرء أن يدركها ويدربها؟

- هل أنت مدرك لقدرتك التخاطيرية؟ ومتى أدركت هذه القدرة؟
- ما هي الوقائع التخاطيرية التي مرت بك؟
- من هم الناس أو ما هي الحيوانات التي تكون تجاهها «مستعداً للاستقبال» التخاطيري؟
- هل سبق أن قمت «بإرسال» تخاطيري وأنت مدرك له؟ كيف وصل الإرسال؟ وهل كان الآخر مستعداً للاستقبال؟
- في أية حالة تكون عندما «ترسل»؟ في حالة التفكير أم في حالة التأمل؟
- هل عندك إحساس أن شخصاً تحبه بخير، حتى ولو أنك لم تسمع عنه شيئاً منذ زمن طويل؟
- هل يمكنك التواصل بهذه الصيغة مع الحيوانات والنباتات؟ هل تحس بحاجاتها ومعاناتها؟ بماذا تحس بالنسبة لنبته تذبل نتيجة إهمالها؟
- مع من تشعر بأنك مرتبط تخاطرياً؟ ما هي الرسائل التي تتبادلها حالياً؟

تمارين على توسيع قدرة الوعي

لنوجز أفكارنا حول قدرة الوعي والتمارين التي قمنا بها حتى الآن:

إذا ما تجاوزنا وعي الأنا العقلاني - المنطقي المتشدد، وبلغنا الوعي، فإن هذا الوعي الذاتي يغير كل مستويات وجودنا.

ومن خلال توسيع الوعي نكتسب قدرة انفعالية وذهنية وتواصلية وروحانية وتخاطيرية. فالقدرة هي بالنتيجة قدرة على السلوك. بذلك يؤدي الوعي الذاتي الموسع إلى قدرة حياتية جديدة وأصيلة. (رغم الرحلة الجبلية المليئة بالمغامرة هناك أرض صلبة نقف عليها).

قمنا أول الأمر بتمرين بسيط أدركنا به ارتباطنا اليومي وتحررنا به من ارتباطات التملك الخاطئة، مروراً بالـ «أنا أكون». وبذلك سمونا فوق الإدراك الأناني المحدود، ووصلنا إلى الوعي الذاتي اللامحدود، بشكل أو بآخر، ثم عكسنا بهذا الوعي الذاتي الجديد المجال الانفعالي والذهني والتواصلية والروحاني (انعكاس ذاتي) واكتسبنا فهماً جديداً للقدرة الانفعالية والذهنية والتواصلية والروحانية والتخاطيرية.

وكتشخيص فقد قدرنا على وجه التقريب وضعنا الحالي بالنسبة للقدرة في مختلف المجالات وقمنا بمراجعة. بقي أن نقول أن تمارين هذه الفقرة مبنية، بوعي، على ذلك، وتزيد من قدرة الوعي المكتسبة. سوف نتبع هذه التمارين بتمارين أخرى على مستوى العقل الباطني وما وراء المشاعر.

توكيدات على قدرة الوعي

إن التوكيدات هي معتقدات إيجابية وبناءة لها تأثيرها على العقل الباطني، حيث تحيّد المعتقدات السلبية وتحل محلها.

يجب قراءة هذه التوكيدات بصوت عال في وضع مريح،

ربما قبل الذهاب للنوم. يمكن أن يسجلها على بطاقات صغيرة ويحملها أينما ذهب. وربما يأخذ المرء يومياً على عاتقه توكيداً جديداً ويدع شيئاً يلعب دور «الصدفة»، ما هو التوكيد الذي يمكن أن يكون شعاراً لهذا اليوم؟.

يجب استخدام التوكيدات دائماً وبانتظام لكي ترسخ بشكل مؤكد في الوعي الباطني ويمكن أن يكون لها أثر لاحق. وكلما أوجدت لنفسك طريقة خاصة وشخصية، كان الأمر أفضل.

إنه بلا ريب من المفيد أن «نكرر تلاوة» كل التوكيدات المقترحة هنا مرة واحدة. كَوْن دائماً لنفسك حزمة من سبعة توكيدات تكررهما حتى خمسين مرة لتجعلها تستقر في عقلك الباطني. وهنا يمكنك أن تقرر بنفسك ما هي التوكيدات التي تتوجه إليها بشكل خاص وتريد تدريبها قاصداً. ربما تجد ببعض التمارين بعض التوكيدات الأخرى التي قد تناسبك أكثر.

توكيدات على توسيع القدرة الانفعالية

- أفتح على مشاعري، فهي التعبير عن كينونتي الداخلية ودائماً على الرحب والسعة.
- كل مشاعر يريد أن يقول لي شيئاً، وأنا أدرك رسالتي شاكراً.
- أواجه مشاعري دائماً بمزيد من الإخلاص والانتباه.
- إن عقلي الباطني هو منبع الرغبة والقوة عندي، الذي يزداد التزامي به دائماً.

- أنا في تيار مشاعري. ومشاعري تتدفق بدفء في داخلي، مطمئنة ومفعمة بالقوة.
- الحب ينقي كل مشاعر. والحياة تحبني.
- كل ما أقوم به إنما أفعله بدافع الرغبة، بدافع الرغبة بالحياة.

توكيدات على توسيع القدرة الذهنية

- إنني أثق بنفسي ولدي وعي ذاتي قوي.
- أنا مخلص لنفسي ومنفتح دائماً في تعاملتي مع الآخرين.
- أستغل قوة أفكاري وأجد حلولاً بنفسني.
- أستغل أخطائي لأتعلم منها.
- أنمي تفكيري المستقل من خلال الغذاء الروحي والتحديات الذهنية.
- أكتشف الجانب الإيجابي في كل شيء وأحوله إلى إيجابية.
- أتعامل بشكل بناء مع الانتقاد.

توكيدات على توسيع القدرة التواصلية

- أنا قيم ومهم وأتولى المسؤولية لبلوغ الكمال.
- أظهر على حقيقتي بين المجموعات بمشاعر جلية وكلام واضح.
- عندي الجرأة على مواجهة الناس بصدق، كما أنا.
- بما أنني أشاركك المشاعر فأنا اعترف بك، بما أنني أسمعك فأنا أقدرك، بما أنني أنتقدك بتهذيب، فأنا أحترمك.
- أعترف بكافة طاقاتك الكامنة فيك وأقدم لها احترامي، بحيث

يمكنها الكشف عن نفسها.

● معاً نكون أفضل، سوية نكون أقوىاء، وضمن فريق نكون رابحين.

● نحن واحد. ما أقوم به لنا من عمل صالح فإنما أقوم به لنفسي. وحيث أحترم جمعنا، فإنما أحترم نفسي. وما أكسبه فإنما نكسبه جميعاً.

توكيدات على توسيع القدرة الروحانية

- أنا مستعد للإصغاء إلى «صوتي الداخلي» وأرحب به.
- أراعي ضميري وأدعه يقودني.
- أعطي فرصة لعلاج ذاتي يتم في داخلي. فأكتسب المزيد من الانسجام في كافة الوجوه.
- أقوم بدور تكاملي وتوحيدي، أصل ما انقطع وأوحد ما انقسم.
- أعيش هنا والآن، دون ماضٍ ودون مستقبل، الآن ومع كل شهقة.
- نفسي ترشدني وأنا أضع ثقتي بها.
- أبذل ما بوسعي من أجل الكشف عن الإبداع.

توكيدات على توسيع القدرة التخاطبية

- أنا جزء من الكل وعلى علاقة مع الجميع.
- أنا منفتح على الرسائل التخاطبية ومستعد لتلقي الإشارات غير الحسية.

- أقوم أيضاً بإرسال رسالتي عبر القنوات التخاطرية.

تمرين على التأمل اتصال مع التوجيه الداخلي:

يجعلنا التأمل منفتحين على ما وراء المشاعر. ويشترط التأمل الاسترخاء والخمود الفكري أو بالأحرى يؤدي إليهما. فالتأمل هو مفتاح الباب بالنسبة للحدس والتخاطر.

هناك أشكال عديدة للتأمل. ومن الأفضل عندما تجد الشكل التأملي المناسب للحالة الراهنة أن تتدرب عليه باستمرار وقدّر الإمكان، وأن توسع دائماً باستمرار الحالة التأملية. يمكنك أن تقول في وقت ما أن الحياة هي تأمل والتأمل هو الحياة.

إن لم يكن لديك بعد أية خبرة في مجال التأمل، ننصح أولاً أن تتدرب على الاسترخاء الجسدي، لكي تستطيع أن تريح جسمك بسرعة وبكل اطمئنان. ولبلوغ الخمود الفكري فإن الطريق التقليدي الأكثر شهرة هو المراقبة الصرفة للتنفس دون التأثير عليه.

إن للتأمل الموجه الذي نقترحه عليك في هذا القسم علاقة ارتباط مع توجيهك الداخلي، سواء أكنت تؤمن بهذا التوجيه أم لا، كن منفتحاً على هذا التأمل دون موقف مسبق، وراقب بكل بساطة ماذا يحدث.

ومن أجل التحضير عليك أن تتذكر ثلاثة أسئلة هامة

بالنسبة لك وتقوم بتسجيلها. إذا ما كان باستطاعة جنيّة طيبة أن تجيبك على ثلاثة أسئلة، فما عسى أن تكون هذه الأسئلة؟ أجوبة أية أسئلة ستكون ذات أهمية في حياتك الآن؟ هل ستظل تنجح في صياغة الأسئلة إلى أن تنطبق بالفعل؟ متى تستطيع أن تقول بالفعل: «هذه هي»؟.

ابحث عن منطقة هادئة يمكنك أن تبقى فيها وحيداً خلال الساعة التالية دون أن يعكر صفوك شيء. استرخ ودع نفسك لحالة من الخمود الفكري.

من المفيد في بداية تأملنا أن نغمض أعيننا ونحس كيف تبدأ حرارة مستعذبة بالانتشار في كل أرجاء جسدنا. هذه الحرارة المستعذبة تسري في كل أنحاء الجسم، تمر بالبطن، وتنتشر حتى أخمص القدمين، وتشمل اليدين حتى أطراف الأصابع، نشعر عندها بالاسترخاء في كل أنحاء الجسم، ويصبح أعمق فأعمق. عند ذلك تهدأ الأفكار. وأنا أراقب الأفكار كيف تأتي وتذهب، أراقبها عن بعد يزداد باستمرار.

بالبعد المتزايد ينقص تيار الأفكار شيئاً فشيئاً إلى أن يصبح مجرد سيل هزيل ثم يجف تماماً. أتوجه الآن روحياً إلى مركز إدراكي الداخلي، حيث أوجه وعيي نحو الداخل. أوجه اهتمامي إلى تنفسي، وإلى حركة جسدي من خلال عملية التنفس، أنتبه إلى ضربات قلبي، أدرك قلبي كيف ينبض بهدوء وثقة، أدرك إيقاع حياتي، أحس كيف يغمرني مشاعر من الحب اللامتناهي.

أتصور كائناً يحبني بلا شروط، وأشعر أنني مأخوذ ومحروس بهذا الكائن بالتمام والكمال. وهذا الكائن هو بمثابة ملاك حارس عندي يحفظني، ولا يريد لي إلا كل خير. أرحب بهذا الكائن قليلاً وأشكر له حفظه وحبه لي. لست في عجلة من أمري، بل آخذ الوقت الذي أحتاجه، لأوثق علاقتي مع هذا الجوهر. لهذه المواجهة شيء جديد وفي الوقت نفسه شيء في منتهى الإلفة.

عندي مشاعر إلى حد أنني وصلت إلى بيتي. أحس بالسكينة والاستقرار والحماية والحفظ. وأعرف أن هذا الكائن كان دائماً برفقتي، وسيكون دائماً برفقتي. بذلك تنتهي عزلي الداخلية ولهفتي.

طالما وصل الأمر إلى هذا الحد أطلب المشورة والدعم من توجيهي الداخلي. أركز على الأسئلة الثلاثة التي أرغب بالإجابة عنها.

أنخرط في الأسئلة. وفي الذبذبة المناسبة. أستشعر الطاقة التي يبثها التوجيه الداخلي (الحب، القبول، الرضا، التشجيع...) وأدعها تفعل فعلها عليّ. أستشعر كيف تؤثر هذه المقابلة على داخليتي. وهنا يمكن للحصارات أن تنفك، فأنا أحس بالقرب والثقة. أحس كيف يغمرني النور والدفء.

أنا الآن منفتح كلياً على هذه الطاقة، وأحس كيف يسترخي كل من جسدي ومشاعري وروحي. أستشعر التواصل

بين ذاتي وهذا الجوهر بشكل مكثف وشامل. أتوقف بلا أمل في هذه الحالة طالما هي قائمة. لا أستحم إلا في هذا النور وأحس كيف أنفتح داخلياً.

أنهي الجلسة بقناعة راسخة بأنني سأحصل على جواب على الأسئلة وبمشاعر عميق بالشكر. ليس من الضرورة الحتمية التوصل إلى الأجوبة خلال جلسة التأمل. لكن ينشأ عندك مشاعر بأن الأسئلة قد وصلت، وأن الجواب هو الآن في الطريق. ومن المهم جداً في الأيام التالية تلقي الرسائل وتأويلها كجواب. فكل «الصدف» و«الغرائب» يمكن أن تكون جواباً.

من يطلب المشورة من توجيهه الداخلي يلقي الجواب دائماً. علينا فقط أن نكون مستعدين أيضاً لاستقبال هذا التوجيه وأن نحسن تفسيره كحدس.

مبادئ عقلية للوصول إلى مهام حياتية قيّمة

حالما أقمت اتصالاً مع توجيهك الداخلي، الذي هو منبع إلهامك وإبداعك، يمكنك أن تتوجه بوعي جديد كل الجدة إلى مهامك الحياتية، إذ تتحول قدرة الوعي لديك إلى قدرة حياتية.

- قم بموازنة الأمور التالية مع توجيهك الداخلي وبخاصة نظرتك إلى الحياة. ما هي المهمة الملقاة عليك؟ وأين تكمن مسؤوليتك؟ ثم انطلق في رسالتك في الحياة.
- احرص على عدم فقدانك للعلاقة مع توجيهك الداخلي، إذ

سيأتي يوم تكون فيه هذه العلاقة موجودة في كل مكان، بحيث لا يعود يتوجب عليك أن تدخل مرحلة التأمل أولاً لتتمكن من إدراك توجيهك الداخلي. فأنت مرتبط بتوجيهك الداخلي من خلال الحدس. ولا تدع التواصل ينقطع أبداً، فذاتك تنصهر مع الجوهر شيئاً فشيئاً.

- مازلت تتصرف انطلاقاً من طمأنينة هادئة وثقة لا تتزعزع. فيختفي الإرهاق من حياتك بأعجوبة تناسب في الزمن وتستريح خارج نطاقه.

- إن كل ما تأخذه على عاتقك، تقوم بتنفيذه بأسرع وقت ممكن، لا تؤجل شيئاً، بل تتبع وبكل اطمئنان دوافع سلوكك الحدسية.

- تتحرر شيئاً فشيئاً من التوافه والأشياء الملحة، فحياتك سليمة ومباركة، وستصبح بركة وشفاء للآخرين.

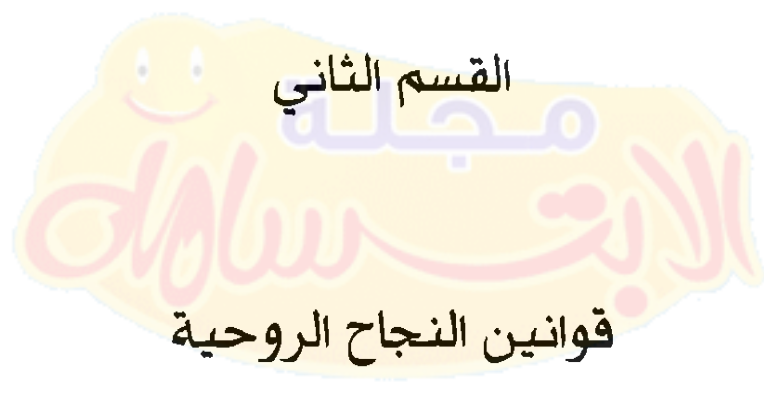
- سيختفي الذين يستخدمونك ويستغلونك لمصالحهم شيئاً فشيئاً من حياتك، ويدخل الناس الذين يعيشون على شاكلتك في حياتك ويتيحون لها إنجازاً مشتركاً لمهام أكبر لصالح المجموع.

- يمكنك الآن القيام بالمهام التي وضعت على مسار حياتك دون أية شكوك. وسيختفي شيء فوراً من حياتك: وهو كل ما سبق أن قمت به لتحظى بإعجاب الآخرين، والذي لا يتجاوب أصلاً مع ذاتك. بذلك تخلق قاعدة لوجود ناجح وسعيد وعطوف ومدرك، من أجل قدرة حياتية حقيقية.

- إنك تحس بالمزيد من الانسجام الداخلي، لأن عقلك الباطني ووعيك وما وراء مشاعرك قد أصبحوا أمام هدف واحد هو: إنجاز مهمتك في الحياة.









سبق أن أدركنا أنَّ القوانين هي دائماً ذات طبيعة روحية :
وُجدت القوانين، باعتبارها نوعيات فكرية، قبل المادة (الجانب
الموضوعي) وتمت صياغة القوانين التي أدركها الإنسان فكراً
(الجانب الذاتي).

القوانين الطبيعية هي، بمعنى ما، خصائص للقوانين
الفكرية منسحبة على مجال الطبيعة الذي لم يدخل بعد في
الوعي، من الحجر حتى الحيوان، من المجال الفيزيائي حتى
المجال البيولوجي.

وقوانين النجاح هي خصائص القوانين الفكرية منسحبة
على المجال الإنساني، أي مجال السلوك الواعي، فمن يسلك
بوعي سيفعل ذلك بنجاح (لا أحد يريد أن يكون فاشلاً أو سبباً
للإخفاقات).

بينما تعيش الحيوانات «دون وعي» في القوانين الطبيعية،
تسيرها الغرائز والبرامج اللامشاعرية، يرتقي الإنسان من لاوعي
الطبيعة إلى وعي الثقافة، وأصبح الآن يدرك القوانين ويستخدمها
من أجل سلوكه الناجح.

في البدء كانت قوانين الطبيعة التي تم إدراكها واستخدامها
تقنياً. بدأ ذلك منذ التاريخ القديم للإنسانية باستخدام النار وصنع
الملابس وأدوات الصيد، لجعل المناطق ذات المناخ القاسي،
صالحة للسكن، ومن ثم للحياة.

كانت قوانين الجني وقوانين تربية الحيوان معارف صنعت فترات تاريخية، وأنجزت حضارات كاملة: البستنة بوسائل ذات تقنيات مساعدة بسيطة والزراعة الحقلية (مرفقة بحيوانات مستأنسة، وتربية الحيوانات، والمحراث كوسيلة تقنية مساعدة) والنظام البطريكي (الأبوي) كنتيجة.

تشرط تربية الحيوان من النساء أن يدركن «قوانين الجنس»: فالأطفال يأتون إلى هذا العالم من خلال الجنس، ولهم أب محدد. يرجى أخذ العلم بأن المرء لم يكن أول الأمر يدرك هذه العلاقة، إذ لم يكن أمراً بديهياً. فهناك قبائل لا تزال فيها هذه المعرفة سرّاً يقتصر على نساءها.

استخدم الرجال هذه المعرفة لاحقاً لتوريث «الابن الأكبر» الملكية في ظل النظام البطريكي (الأبوي). وللتأكد أن «الابن الأكبر» هو حقاً من صلبه تم تزويجه بامرأة وأجبر على نظام الزواج الأحادي الإلزامي Monogamie.

تعتمد فترة التصنيع على معرفة واستخدام العلوم الطبيعية المنظمة وقوانين الطبيعة المصاغة. (مثل قوانين الميكانيك والكهرباء).

وكما قلنا: إن إدراك قوانين معينة قد طبع مراحل كاملة من تاريخ الإنسانية بطابعه.

والآن تساعد قوانين النجاح الفكرية كل فرد في التخطيط

الواعي لحياته. وهذا كما يقال هو «الحلقة المفقودة» في نظرية اجتماعية حديثة. لأن مثل هذه النظرية الاجتماعية يجب - باعتبارها وحدة اجتماعية - أن تشترط وجود أناس مستقلين وناجحين.

يمكن الإدراك قوانين النجاح واستخدامها بشكل واسع من خلال عدد متزايد باستمرار من الناس أن يفتح مرحلة جديدة من تطور الإنسانية. وفي هذا المعنى عسى أن يقدم هذا الكتاب مساهمة تعتبر مقدمة لمرحلة قادمة.

والآن فإن استعراض قوانين النجاح ليس شيئاً جديداً كل الجدة، إذ أنها تعود كلاسيكياً إلى ما قبل حوالي مائة عام على يد «نابليون هيل» Napoleon Hill: «قوانين نابليون هيل للنجاح» أو في لغتها الأصلية «قوانين النجاح» Laws Of Success، ففيها بالنسبة «لأرض الإمكانيات غير المحددة» ملخص بأسلوب براجماتي، لقواعد النجاح التي لا تزال تشكل تفكير النجاح المعاصر.

إن أدمغة عظيمة مثل هنري فورد Henry Ford وأندرو كارنيجي Andrew Carnegie قد ساهمت في بروز هذا العمل إلى حيز الوجود. وقد ساهمت قوانين النجاح هذه التي وضعها نابليون هيل في صنع الحياة التجارية الأمريكية إلى أبعد الحدود.

يمكننا اعتماداً على العبارة الشهيرة التي أطلقها «ألفريد نورث وايتهيد» Alfred North Whitehead «إن الفلسفة بعد أفلاطون ليست أكثر من ملاحظة هامشية على أعمال أفلاطون» أن نقول: إن المراجع المعاصرة لا يمكن أن تكون أكثر من مجرد حاشية من حواشي العمل الكلاسيكي الذي وضعه نابليون هيل. إن منظور نابليون هيل هو البراجماتية الأمريكية بكل مزاياها ونقاط ضعفها.

وفي نهاية المطاف فإن الأنانية بعينها هي التعبير الأدق، فالنجاح بموجب ذلك هو عندما تبرز الأنا وتحقق أهدافها.

فلسفة النجاح البراجماتية هي فلسفة - الأنا المادية، وأساس «للمادية الإمبريالية» التي لاقت تجسيدا لها في القوة العظمى الأمريكية.

أما مرتكزنا فيتجاوز ذلك. إننا نقرب من قوانين النجاح ولكن ليس تلك التي تعود للبراغماتية الأمريكية، بل من تلك التي تعود للروحانية.

لا تعترف الروحانية بشيء اسمه نجاح، إلا إذا كان لا يلحق الضرر بالآخرين، لا بالناس، ولا بالإنسانية، ولا بالطبيعة، ولا بكوكب الأرض.

أما البراغماتية الأمريكية فتشمل إمكانية استغلال الإنسان

والحيوان والأرض. بينما فلسفة النجاح الروحانية، على العكس، فهي فلسفة التعاون ونظام الكسب للجميع، خالية من الاستغلال والاضطهاد.

إن جذور قوانين النجاح الروحانية أو الفكرية هي «القوانين الفكرية»، التي وضعها الأستاذ الدكتور كورت تيرفاين Kurt Tepperwein والتي صاغها عام 1992 بطريقة كلاسيكية. إنها المحاولة الأولى باللغة الألمانية التي تبسط القوانين الروحية التي تسمو فوق القوانين الطبيعية. وعليها نعتد هنا بهدف إجراء مصالحة بين النجاح والروح، وتحرير النجاح من أسلوب التفكير المادي وتحويله إلى إدراك حقيقي للنجاح، من أجل تجاوز الأزمة الحالية التي تمر بها الإنسانية.

إن ما تشكله القواعد البراغمية للنجاح بالنسبة للعقلية الأنانية، يقابله الإدراك الروحاني للنجاح بالنسبة للإدراك الذاتي الجديد للإنسان والإنسانية.

سيوضح الفرق فوراً عندما نقارن بين مفهومين أساسيين لهذا الأسلوب المختلف في المعالجة وهما: الأهداف والرؤى.

إن وضع الأهداف من خلال العقل المخطط هو أمر أساسي بالنسبة للتفكير البراغمي بالنجاح، لأن النجاح هو تحقيق الأهداف. وهنا يكشف المرء عن تراتبية في الأهداف: أهداف يومية وأسبوعية وشهرية وسنوية وأهداف لخمس أو

لعشر سنوات أو أهداف لطيلة الحياة، وكلها تحت قيادة العقل، لذلك فمن الطبيعي أن يكون العقل مرهقاً للغاية.

أما استقبال الرؤى من خلال الحدس فهو، على العكس، أمر أساسي بالنسبة للإدراك الروحاني للنجاح. لا يمكن للمرء أن يخطط للرؤى أو أن يوجدها، بل يتلقاها بشكل حدسي فقط. بذلك تكون أداة التحكم المركزية بالنسبة للإدراك الروحاني للنجاح هي الحدس (ما وراء المشاعري) وليس وعي الأنا.

سنكشف فيما يلي عن الصفات المميزة لهذا الإدراك الروحي للنجاح، إذ سنعرض اثني عشر قانوناً فكرياً حسب أهميتها بالنسبة للإدراك الروحي للنجاح.

أولاً القوانين الطاقوية: قانون الذبذبة، قانون الصدى، قانون القطبية، قانون الإيقاع، وقانون الانسجام، ثم القوانين العقلية: قانون التفكير وقانون القوة الكامنة Potential، قانون السبب والمسبب، قانون التماثل، قانون التصور، قانون الاعتقاد، وقانون الحب.

سنقدم أولاً تعريفاً بكل واحد من هذه القوانين ونشرحه من خلال الأمثلة، ثم نستعرض دور كل قانون في إدراك النجاح.

مع ذلك لا نجيب فقط على السؤال: ماذا يعني القانون بالنسبة للنجاح؟ بل كيف يمكن التمييز بين التفكير الأناني بالنجاح والوعي الروحاني بالنجاح، بناء على هذا القانون. فنحن

ننظر إلى كل قانون في تأثيره واستخدامه على المستويات الثلاثة: المستوى الانفعالي، المستوى العقلي والمستوى الروحاني.

لكل من هذه القوانين دوافع لإجراء تمارين عليه أقرب ما تكون إلى برنامج اختياري أكثر منه إلزامياً.

الأمر متعلق بك وبمدى رغبتك بالغوص عميقاً في هذا الموضوع، وفيما إذا كنت ستطبق الأفكار الموجودة في هذا الكتاب بشكل مباشر وعملي، وفيما إذا كنت تريد تطبيقه ككتاب له تأثيره.

وحتى لو أن الترتيب يتضمن نوعاً من الانسجام، إلا أنه ليس برنامجاً يتطلب منك أن تلتزم به وتكون عبداً له. يمكن للتمارين أيضاً أن تعطي دوافع لابتكار أشكال أخرى لتمارين خاصة بك.

ليس من المطلوب منك أن تقرأ هذا الجزء الثاني من الكتاب صفحة صفحة، ربما تتصفح أولاً فقط الجزء الأول من القوانين الاثني عشر: تعريف وشرح القوانين، وأخيراً القيام بتنفيذ كل التمارين.

تجد في نهاية الكتاب إشارات إلى مراجع نريد التنويه عنها بشكل خاص، وتساعدك في تعميق معارفك أو في زيادة تمارينك العملية. إنك تمسك في يدك كتاباً يمكن أن يغير حياتك بشكل دراماتيكي، فلتستفد منه!



قانون الذبذبة

يقول قانون الذبذبة: كل شيء يتحرك، ولا شيء جامد دون حراك، كل شيء ذبذبة: الطاقة الحرة، المادة، الحياة، الروح، كلها مظاهر مختلفة للذبذبات. والذبذبات هي تجليات للطاقة، فهي التي تتداخل وتنقل الطاقة. والكون بأجمعه عبارة عن بحر واحد من الذبذبة ولكل مادة معروفة نموذج خاص بها من الذبذبات «تعلن» فيه للعالم عن نفسها و«تتواصل» معه.

إن الفرق بين ذرة وبين إنسان يكمن في نموذج مختلف من الذبذبة. فعند الإنسان يكون هذا النموذج بالطبع أكثر تعقيداً منه عند الذرة. ولكن ذلك ليس مفهوماً بهذه البساطة. لماذا يكون كل شيء عبارة عن ذبذبة؟ ماذا في الحجر مثلاً من «ذبذبة»؟.

إن ما يبدو أول الأمر صلباً (الحجر) هو (باستخدام مكروسكوب الكتروني أو أدوات تقنية أخرى من أدوات الفيزياء الذرية) بنسبة تزيد عن 99٪ عبارة عن فراغ، وهناك من حين إلى آخر ذبذبة في الحجر، التي هي نبض الذرة أو الجزيئات. والحجر الذي يبدو لنا في النظرة العامة بأنه صلب جداً ندرك

على المستوى الميكروي أنه فراغ + ذبذبات الذرات والجزيئات. إن ما يبدو لنا كهيئة صماء هو أصلاً «لا شيء + جزيئات نابضة متناهية الصغر».

وإذا ما اقتنع المرء الآن أن الذرة هي أخيراً متماسكة، فإن التمثيلية نفسها ستتكرر على هذا المستوى: إن الذرة هي بنسبة تزيد عن 99٪ عبارة عن فراغ مع جزيئات أولية أحياناً ذات ذبذبات عالية. وفي النهاية لا يبقى أي شيء صلب، لا يبقى سوى الذبذبة، والاهتزاز، والهيجان والتموجات، والحقول المتذبذبة: إنها نظرية الفراغ الكمي.

وفي الاتجاه الآخر يبدو الأمر مشابهاً، فالفضاء أيضاً يتكون بنسبة تزيد عن 99٪ من فراغ، مع وجود نجوم أو كواكب بين الحين والآخر.

وهنا فإن كل جزيء أولي، كل ذرة وكل جزيء يمكن تمييزه من خلال نموذج الذبذبة الخاص به. وهذا ما يستخدمه الآن الباحثون في مجال الطبيعة الذين يطورون أجهزة قياس تفسر هذه الذبذبات الخاصة و«ترجمها». حتى عمر الصخور هو عبارة عن نموذج من الذبذبة استطاع العلم الحديث أن يكشف النقاب عنه لتحديد عمر الأرض مثلاً، أو عمر سلسلة جبلية معينة.

إننا نتحدث عن «الذبذبات الحميدة» عند شخص معين. هل بإمكاننا أن نستمتع بها فعلاً، وكم يمكن أن نتأثر بها؟ فمن

يعشق مثلاً، يعرف جيداً ما هي الذبذبات التي تصل بين شخصين. هنا تكون الذبذبات (أي الانفعال) عالية وقوية بحيث لا بد من ملاحظتها وإدراكها. ولكن هذا التراقص المثير لا يتولد بين عاشقين فقط بل بشكل أخف طبعاً، بين كل الناس الذين تربطهم علاقة.

أو لنفكر بالموسيقى التي هي بحر من الذبذبات بالنسبة لآذاننا. يمكن للموسيقى أن تبث فينا الذبذبة وأن تنقلنا إلى حالة عاطفية. أليست تلك ظاهرة لا تصدق؟

اختصاراً نقول: كل شيء مكون من ذبذبات، ويتميز بنموذج خاص به. فما يتذبذب يحرك الآخر وينقل الطاقة (ما يمكن أن ندركه عن طريق طبلة الأذن كضجيج مثلاً).

فالذبذبات هي موجات بحر الطاقة. كل شيء يغوص في بحر الذبذبة الطاقوية، أي أنه جزء من «المحيط» الهائل من الطاقة. وفي هذا البحر يتداخل كل شيء مع بعضه، يتشابك كل شيء ويتربط مع بعضه.

هنا تجد الحكمة الروحانية المتأصلة «كلنا واحد» على هذا المستوى معادلاً لها مما يمكن شرحه وإدراكه. فنحن عبارة عن نموذج فردي «لا يتجزأ» من الذبذبة في محيط الطاقة.

دور القانون في إدراك النجاح

هناك ذبذبات معينة لجميع مجالات النجاح والإخفاق.

وللنجاح نموذج من الذبذبة يختلف عن ذاك الذي للإخفاق. الفقر هو نموذج من الذبذبة، والرفاهية هي نموذج آخر. ترددات النجاح والرفاهية تكون عادة أعلى من تلك التي للإخفاق والفقر. عندما نلقى النجاح نشعر بالسمو (High) وعندما نصاب بالفشل نشعر بالانحطاط (Down). إما أن تكون لدينا مشاعر سامية أو نكون محبطين. هكذا نشعر بنموذج ذبذبتنا الخاص بنا الذي نبته نحو الخارج.

إلى هذا الحد يعتبر قانون الذبذبة أساسياً، وإلى هذا الحد بلغت أهميته من أجل حياة ناجحة، فلكل مستوياتنا المختلفة، بانسجامها أو بتنافرها، تأثير على الآخرين، إذ نتواصل معهم عن طريقها، وهذا يعني في صميم المقولة المشهورة للمنظر في مجال الاتصالات باول فالتسلافيك Paul Walzlawick «لا يمكننا أن لا نتواصل».

فنحن نقدم صورة شاملة عن حالتنا الراهنة، وهذه كلمة أخرى نعبر بها عن مفهوم: نموذج ذبذبة، الذي يميز كل شخص عن الآخر. إنه يميز الأفراد، مثله مثل بصمات الأصابع، مع فارق أساسي، وهو أن هذه الصورة يمكنها أن تتغير باستمرار. كل إنسان يعرف هذه الصورة الإجمالية منذ «الانطباع الأول» الذي يعطيه الإنسان. ومن المعروف أن الانطباع الأول لا يتكرر.

يدرك التفكير الأناني هذه الصورة التي تصدر عنا نحو

الخارج، ويحاول قدر الإمكان التأثير عليها إيجابياً، مثلاً من خلال الملابس التي تميز الإنسان الناجح، وسيارته المميزة، ومنزله المميز، وعلامات النجاح المميزة، لكن غالباً ما يكون ذلك مجرد خداع وواجهة، «مظهر أكثر منه جوهر» كما يقول المثل. ماذا تفيد الواجهة عندما يكون كل شيء مبنياً على القروض والديون ويكشف عن نموذج للذبذبة الخوف من فقدان الواجهة، وعن الكشف عن الخيبة المريرة لأناس آخرين؟ فالواجهة والخداع لا بد في نهاية المطاف من انكشافهما، لأن الجسد لا يكذب.

أما الإدراك الروحاني للنجاح فعلى العكس، فهو يقيم وزناً، ولكن ليس للمظهر الخارجي، بل للشعاع الداخلي. فالأمر لا يتعلق بالواجهة المادية الخادعة، بل بالنفحة الإنسانية، أي بالهالة الجذابة.

لكن مهمتنا أكثر من ذلك، إنها الكشف عن الجوهرة الداخلية التي يحملها كل امرئ في داخله، ومن ثم صقلها وتلميعها، فالجمال «يأتي من الداخل»، ولسنا بحاجة إلى التزين بالتقليد الرخيص و«الإكسسوارات» التي لا لزوم لها والخدعة، بل إلى الكشف عن مواهبنا وعبقريتنا وأصالتنا وتميزنا.

الذبذبات على المستوى الانفعالي (العاطفي)

إن العقل الباطني نموذج للذبذبة يمكنه أن يدعم النجاح أو يحول دونه. والقسم الأعظم من عقلنا الباطني هو مشجع على

النجاح، وبخاصة طاقتنا الداخلية ومواهبنا العبقريّة الكامنة في كل واحد منا، والتي تود أن يتم إيقاظها بعد سبات طويل. هنا يتدفق ينبوع طاقتنا، وعلينا يتوقف خروجه إلى النور كخيوط رفيعة، أو كتيار متدفق مفعم بالابتهاج بالحياة والحب والحماس.

إن كل المشاعر الصادقة مشجعة على النجاح، فهي تشجع النار التي في داخلنا والبواعث الداخلية لتكون موجودة «بكل طاقاتها» في كل الحالات. حتى بالنسبة للحالة النادرة، وهي أن الخوف هو أيضاً مشاعر صادق، بإمكانها أن تقينا من جرح أنفسنا وإيذائها.

الحب والعطف والحنو والفضول، كلها مشاعر مشجعة بشكل واضح على النجاح، تجعل نفحتنا (الانطباع الكلي عنا عند الآخر) تشع وتجعلنا ذاتنا لطيفين.

أما ما يعيق النجاح فهو كل ما قمعناه وكبتناه خلال مسيرة تطور حياتنا وعاش عيشة قهر على هامش الحياة في عقلنا الباطني. فهذا يجردنا ليس فقط من الطاقة، بل هو أقرب إلى كونه ناراً مقلقة تطفئ على ذبذباتنا الداعمة للنجاح وتخلق التنافر، فتجرد صورتنا المشعة نحو الخارج من وضوحها ونقائها وضوئها وجمالها.

المشاعر المزيفة أيضاً معيقة للنجاح، إنها أفكار سلبية، أو صور داخلية مموهة بهيئة مشاعر صادقة ومشحونة بالانفعالات.

والخوف لا يكون مشاعراً صادقاً إلا في أندر الحالات. فالخوف من فقدان مكان العمل مثلاً، ليس مشاعراً بيولوجياً، بل هو تصوّر سلبي، أي صورة داخلية مشحونة بالطاقات القلقة. حتى الخوف من المرض ليس مشاعراً حقيقياً. فالمرض هو إشارة يطلقها الجسم، وبالتأكيد لا يخاف الجسم من إشاراته. إن هذه المخاوف المزيفة مرتبطة دائماً بصور متخيلة مصنعة داخلياً ومموهة كمشاعر، منقولة إلى العقل الباطني، وتتكثف كمية الذبذبات الداعمة والمعيقة في داخلنا لتصبح صورة ذاتية لا مشاعرية ووعياً ذاتياً.

لدينا صورة ذاتية معينة نقوم بإظهارها للخارج دائماً دون وعي منا، وكأننا نقوم بإيصال انطباعنا العام للآخرين. ولهذه الصورة الذاتية أهمية كبيرة جداً في تقرير فيما إذا كنا ناجحين في الحياة أم لا.

إن الوعي الذاتي يتوافق مع هذه الصورة الذاتية. إنه الجانب الانفعالي للصورة. كيف أشعر بنفسي في جلدي؟ في شخصي؟

واحد من أمتع أشكال التعبير (وهو عادة لا مشاعري) عن نموذج ذبذباتنا الشخصية والآنية، ألا وهو الصوت. هل نتكلم بعفوية أم بتردد؟ إن صوتنا يفصح عن الحالة التي نحن فيها. قد نسمع صوت إنسان لا نعرفه، على الهاتف فقط، ويمكنك أن تقول الكثير عن نبرة صوته، وعن شخصيته والحالة التي يمر

بها، وعن صورته الذاتية ووعيه الذاتي. كل شيء ذبذبة! يمكن أن نعرف الكثير عن طريق الذبذبات المسموعة. فما أكثر ما يستطيع شخص أعمى أن يعرف عن إنسان آخر لأنه أكثر حساسية بالنسبة للذبذبات المسموعة.

الذبذبات على المستوى العقلي

إن الأفكار هي ذبذبات، وعادة ما تكون ذات تردد أعلى من المشاعر. إننا ننقل كيفية تفكيرنا إلى محيطنا كنموذج للذبذبة، وهناك فرق فيما إذا كنا نفكر إيجابياً أم سلبياً، فيما إذا كنا نفكر ونحن ننشد الحل وبشكل بناء، أو ننشد المشكلة وبشكل هدام. يمكنك أن تستشعر عند إنسان فيما إذا كان يستسلم للمشاكل ويهرب، أم يحلها وهو متماسك.

إن ذبذبات الأفكار الداعمة للنجاح هي أكثر حساسية وتنوعاً وإرهاقاً للمشاعر وأسلس لغة. أما ذبذبات الأفكار المعيقة للنجاح فهي أقرب إلى التفكير بالأسود والأبيض، والإجمالي والتفكير الاجتراري، وهي أقل تنوعاً، وتنحو نحو الابتذال، ومشحونة بالانفعال الهدام.

الذبذبات على المستوى الروحي

إن الذبذبات على المستوى الروحي هي الأسمى. فالشخص الذي يستطيع أن يبث ويدرك هذا النموذج من الذبذبات ويؤثر فيها تكون له هالة لطيفة، ونفحة صافية. فهو

يعبر عن الوعي الذاتي والجدارة بالثقة والأخلاق والصدق والإخلاص والاستقامة والوعي والوضوح والكمال.

ومن يكون على مثل هذا المستوى من الذبذبات، يكون أيضاً منفتحاً على الإدراك الحدسي. فالحدس هو ذبذبة ويحتاج إلى أداة وإدراك يمكن أن «يتذبذب عليهما». وكلما تحكّم الحدس في نجاحنا بالحياة، كان هذا النجاح أعمق أثراً وأكثر منفعة للجميع. فالحدس هو جوهر الإدراك الروحي للنجاح.

تمارين على قانون الذبذبة

إن التمارين على قانون الذبذبة وجدت أولاً من أجل إدراك الذبذبات وخلق رهافة حس تجاه نموذج الذبذبة، سواء الشخصي أم الخارجي.

إدراك الذات

نبدأ بتوسيع إدراك نماذج الذبذبة بالإدراك الذاتي، فهل يمكنك أن تدرك نموذج ذبذبتك الشخصي والآني؟

لا تأخذ هذه الأسئلة جدياً من الناحية المنطقية، فهي أقرب إلى الناحية النفسية. تأرجح بين هذه الأسئلة وخذها تأملياً. فما هو الجواب الذي يخطر لك حدسياً؟ سجّل هذا الجواب دون أن تفكر به، بل دع «صوتك الداخلي» يجيب على أسئلتك. درّب حدسك بالإجابة على هذه الأسئلة، وضع ثقتك به. فهو يساعدك الآن في تحقيق خطوة كبيرة إلى الأمام نحو إدراك الذات.

- هل أنا مدرك لمواهبي وكفاءتي وعبقريتي؟ أم هل أنا غريب عن نفسي؟ هل لدي جواب على السؤال «من أنا»؟.
- هل وجدت نفسي أم أعطي انطباعاً بالضيق؟ هل أنا متجذر أم أخلق طليقاً في مكان ما؟
- هل أدرك نفسي ككائن مستقل أم كجزء من شيء (مثلاً كابن أو كزوجة)؟
- هل أستطيع أن أرى نفسي، أم أراها بعيني شخص آخر؟ من هو الذي أنظر إلى نفسي من خلال عينيه؟ وهل هما عينان ناقدتان أم حانيتان؟
- ما هي النسبة المئوية التي أعيشها من طاقتي؟ ماذا صنعت من نفسي؟ ماذا يمكنني بعد أن أصنع منها؟
- ما هي أحاسيسي الخمسة الأهم التي أستطيع التعبير عنها بصدق، وحيث أذوب فيها بنفسي؟
- ما أمر العواطف؟ ماذا أشعر عند سماع هذه الكلمة؟ ماذا يتذبذب في داخلي؟
- ما أمر الخجل؟ والإخجال؟ بماذا أشعر معه؟
- ماذا يعجبني في نفسي وماذا لا يعجبني؟ (الرجاء إعداد قائمة مكتوبة بذلك).
- هل أنا قادر على إدراك ظلي؟ ما الذي هو فيّ وغريب عني؟ وما هو المزعج؟
- ماذا أرى عندما أنظر إلى صورتي؟

- هل أنا طفل أم بالغ؟ في أي سن أمر الآن؟ ما هو الانطباع الذي يخلفه هذا الإنسان؟
- هل أشعر بالراحة في الوضع الذي أنا فيه، أم أفضل أن أخرج منه؟
- كيف أصف تفكيري؟ هل هو ناقد؟ متحفظ؟ متشكك؟ تأملي؟ يميل إلى حل المشاكل؟ مرشد؟
- هل أدركت المغزى من حياتي؟ وهل يمكنني أن أصفه؟ ولمن بحت بذلك؟
- ماذا يساوي وعيي الذاتي؟
- ما مدى ثقتي بحدسي؟

إدراك الآخر

عندما تكون قد أنهيت التمرين على إدراك الذات خذ صورتين لشخصين لا تعرفهما، من إحدى المجلات مثلاً، صورة لرجل وأخرى لامرأة. حاول أن تتعرف على هذين الشخصين وتصفهما حسب الأسئلة الواردة أعلاه. انفتح الآن أيضاً بالتمام والكمال على حدسك.

أنت أصلاً لا تعرف هذين الشخصين، ولكنك ستصاب بالدهشة من مدى ما ستدركه عنهما. ستدرك أن أعين هؤلاء الشخصين يمكن أن تسرد عليك ما يملأ مجلدات. يمكنك تقريباً أن تكتب سيرة حياة هذين الشخصين. كل ذلك يمكن أن تقرأه في أعينهما. هنا تبدأ بإقامة الاتصال مع صحتك وانتباهك.

حسناً: إن عقلك الناقد سيسرح أثناء ذلك: «كيف يمكنني معرفة فيما إذا كان ما أدركته صحيحاً؟ ألا يمكن أن يكون كل ذلك مجرد إسقاط؟» وليكن ذلك، العب! قم بتدريب إدراكك على ذبذبات إنسان آخر! ستصبح في وضع أفضل وسيكون بإمكانك مع الزمن التفريق بين الإدراك والإسقاط.

- كيف يختلف إدراكك لكلا الجنسين؟ هل ترى الرجل الغريب بصورة تختلف عن رؤيتك للمرأة الغريبة؟
- ما الذي يمكن أن يكون إسقاطاً لمواصفاتك أنت؟ هل ترى في المواصفات المرغوبة في إنسان أو آخر، جزءاً من ظلك؟
- هل يحسن هذا التمرين من إدراكك؟ أعد تصفح هذه الأسئلة مرة أخرى. هل استطعت أن تحسن أيضاً من إدراك نفسك من خلال التدريب على إدراك الآخر؟

ما مدى صدقك؟

إن نبرة صوتك تفشي في معظم الأحيان فيما إذا كنت صادقاً أم لا، ففي صوتك تعبر عن صدقك. فالناس الذين يمكنهم التعامل مع أنفسهم بصدق، ولا يخدعونها ويكفون صريحين مع الآخرين، ولا يلعبون في الخفاء، يعيشون بصدق. ويكون كل شيء على ما يرام. فصوتك هو «آلة تسجيل الزلازل» Seismograph بالنسبة لصدقك.

قم مرة بتسجيل صوتك لمدة خمس دقائق على آلة

تسجيل ، قد تفاجأ وتشكك بنوعية آلة التسجيل.

عندما تكون قد أنهيت «دراسة» هذا الكتاب بنجاح (أو
بعبارة ألطف: عايشته) ستسمع صوتك بشكل مختلف. والأمر
يتعلق أولاً بتوثيق صوتك وحالتك الآنية. لا تدع هذا الأمر وهذا
الإدراك للذات يفوتك. إن لنموذج ذبذبتك الشخصية والآنية نبرة
مسموعة ، فاستمع لنفسك.





قانون الصدى

يقول قانون الصدى: شبيه الشيء منجذب إليه ويزيد من قوته، والمختلف يصدم بعضه، والأقوى يتحكم بالأضعف ويتساوى به.

أوجدت لغة الحياة اليومية تعبيراً عن هذا القانون العام، نقول: الشبيه يتناسب مع شبيهه (إن الطيور على أشكالها تقع - المعرب) أو (قل لي من تصادق أقل لك من أنت).

قانون الصدى هو عبارة عن أثر مباشر ونتيجة لقانون الذبذبة. لكن بما أن الذبذبات تختلف، ويطغى بعضها على بعض بشكل يختلف قوة وضعفاً، فيمكن الوصول إلى خاصية ذبذبة الصدى. فإذا ما تعرض جسر إلى مثل ذبذبة الصدى هذه، يمكن، وتحت تأثير قوة مؤثرة قليلة جداً، وبشكل لا يصدق، أن ينهار.

والذبذبات المتشابهة تتجاذب لينتج عنها تعاون عن طريق الصدى. هذا واحد من أكثر أسرار النجاح في الطبيعة إثارة، أي تحقيق أكبر مفعول باستخدام أقل الإمكانيات، ويعني هذا التأثير المتعاون عن طريق ذبذبات الصدى، بلغة مجازية، أن $1 + 1$ لا

تعطي 2، بل لنقل 5. فلنفكر مثلاً بعلبة الطنين في آلة الغيتار التي تضخم الصوت الصادر عن الوتر. فعندذبذببة الصدى لا يقتصر الأمر على إضافة قوى جديدة، بل تزيد قوة هذه الذبذبات. وهكذا تتقوى قوى الطبيعة.

للطبيعة مبدأ مستوطن في داخلها هو الإفادة من الطاقة الموجودة فيها واستغلالها بفعالية قوية. وعن طريق الصدى تحقق الطبيعة مبدأ اللاعناء تحت شعار «افعل القليل وحقق الكثير».

ولكن لا يمكن تحقيق هذا المبدأ إلا بالتعاون. فالصدى يبدأ بالتبادل مع الآخرين. والآن زادت معرفة علماء الأحياء (البيولوجيا) أن التعاون هو مبدأ أساسي من مبادئ الطبيعة، وليس مبدأ الصراع، الذي قال عنه شارلز داروين Charles Darwin وهو أن: الأقوى يفرض إرادته على الأضعف.

لا ينجذب الإنسان إلا إلى ما ينسجم مع ذبذبه الحالية. وهذا ما ينطبق سلباً وإيجاباً. فكما ينطبق على مجموعة من رجال المافيا المجرمين، ينطبق أيضاً على مجموعة من الراهبات الرحيمات. فالمجموعة تتقوى في ذبذبة الصدى الخاصة بها.

بالإضافة إلى ذبذبات الصدى المقوية هناك أيضاً ذبذبات متداخلة، يمكن أن تضعف، أو حتى تمحو، بعضها بعضاً. وهذا ما يمكن أن نقول عنه أنه الصدى السلبي: بذل قدر كبير من الطاقة والجهد، لكن النتيجة تكاد تكون لا شيء.

هل يشكل الرجل والمرأة فريقاً جيداً ويتعاونان معاً؟ هل يمكنهما بذبذبة الصدى هذه أن يغيرا من موقع الجبال؟ هنا أيضاً تحضرنا عبارة «خلف كل رجل ناجح تقف دائماً امرأة ناجحة» (أو العكس أيضاً، كأن نقول: خلف كل امرأة ناجحة يقف رجل عظيم).

هل يرى كل منهما بالآخر منافساً له ويحاول إزالته، وهل يمكن للعلاقة بينهما أن تتحول إلى جحيم، وتصبح نتيجة هذا الزواج أو هذه العلاقة مخزية وشائنة؟ ما من أحد منهما يمكنه أن ينطلق، كل منهما يعيش على حساب الآخر. وبدلاً من أن تكون العلاقة لزيادة الطاقة عند كليهما، تصبح هذه العلاقة طفيلية وغير قادرة على الاستمرار.

لقانون الصدى أيضاً نتيجة أخاذاة على إدراك الذات، فعندما تتجاذب ذبذبات من نوع متشابه، يكون عالمي الخارجي مرآة صادقة عن عالمي الداخلي، وفي تحليل عالمي الخارجي أدرك عالمي الداخلي.

فأنا أعيش ما يناسبني بالضبط، ولا أتخذ صديقاً إلا من يناسبني، ثم أتخذ في نهاية المطاف شريك حياتي المثالي الذي يناسبني (حتى أن فترة أظل فيها دون شريك قد تكون هي ما أحثاه بالضبط).

خطوة هامة نحو إدراك الذات يمكن أن تكون في تحليل الوسط المحيط بي ضمن التساؤل التالي: لماذا يناسبني هذا

الشيء في هذا الوقت بالذات؟ ماذا يقول عني كل من : منطقة سكني ومسكني وشريك حياتي ومعارفي وعملي وثيابي وسيارتي وغيرها؟

أو أراقب كيف تطورت حياتي. أين سكنت سابقاً وأين أسكن الآن؟ أي نوع من الأصدقاء كان عندي في السابق، والآن؟ أي شريك حياة كان لي في السابق، والآن؟ ماذا يعني ذلك بالنسبة لتفتح شخصيتي؟ هل يمكنني أن أدرك شيئاً في ذلك؟

سوف نستوعب مرة أخرى هذه الخطوات التي تقودنا نحو إدراك الذات في التمارين على قانون الصدى.

دور هذا القانون في إدراك النجاح

إن لقانون الصدى أهمية كبيرة للنجاح، فالنجاح يجبر النجاح، والإخفاق يجبر الإخفاق، والصراع يجبر الصراع، والغش يجبر الغش، والقوة تجر القوة، والحب يجبر الحب، والمال يجبر المال.

من المهم جداً في التعامل مع الناس معرفة فيما إذا كانت الذبذبات تقوي بعضها بعضاً أو يمحو بعضها بعضاً أو تتلاشى. نكون في وضع أفضل عندما نكون ضمن فريق متآلف، يكمل بعضه بعضاً، لأن ذبذبات النجاح يمكن أن تتقوى بشكل واضح عن طريق تأثير التعاون ضمن الفريق. فهنا يدفع الفريق المتعاون

بشكل ناجح كل فرد منه نحو الأعلى، ويزيد من تردداته وطاقته.

ونحن إما أن نجذب الآخرين أو نتصادم معهم. نحيط أنفسنا بأناس «يسحبوننا نحو الأسفل» (إلى نموذج طاقي واطيء) أو «نحو الأعلى» (بترددات عالية).

إن مجال صدى المجموعة التي نعيش بينها (الأسرة، العمل، أوقات الفراغ) هام إلى درجة كبيرة من أجل انطلاقنا الشخصية. إنها التربة الخصبة لتطورنا اللاحق أو القفص الذي يسجننا داخله. إننا نعيش ضمن مجال حياة معين، هو بحد ذاته مصدر طاقة، أو في محيط يسبب لنا المرض من خلال الضجة والأقذار (من النوع الفيزيائي أو الانفعالي أو الروحي).

كل ذلك عبارة عن حقول ذبذبة و طاقة تحيط بنا، تدعم نجاحنا الشخصي في الحياة أو تكبحنا، تقوي طاقتنا على شكل تذبذب صدى وتفاعل مشترك، أو تحجّمننا وتحد من قدراتنا.

كان علينا أن نعلم ما هي حقول الذبذبة التي تؤثر علينا وتؤدي إلى ذبذبات صدى عالية وإيجابية نحن مدركون لها.

إن التفكير الأناني بالنجاح «كفلسفة صراع» هو، بمعنى آخر، مثال صارخ على إحداث الذبذبة السلبية. فالأنانية تعني فرض الإرادة على الآخرين (أبناء الجنس والزملاء والمنافسين والشركات المنافسة والأمم والدول). إن مبدأ المنافسة هو الذي يوجه التفكير الأناني بالنجاح، وليس التعاون، وهذا باعتباره

صدى سلبيًا، يسرق الطاقة إلى أبعد الحدود، وغير فعال ومدمر. فكم قاد هذا التفكير إلى هدر كميات لا تصدق من الطاقة خلال القرون الماضية! وكم من الطاقات الاجتماعية تم هدرها في بناء الجيوش. وكم من الطاقات دمرت في الحروب! هنا تتضح النتيجة المدمرة والاستغلالية للتفكير الأناني بشكل سافر وبلا أقنعة وأصباغ.

أما الإدراك الروحي للنجاح فعلى العكس، إنه يبحث عن التعاون والتفاعل المشترك وزيادة الطاقات والفعالية والتأثير واليسر، والانتباه وتوفير الموارد، والقبول، والوعي بالمسؤولية، واللاعنف، وعدم استخدام القوة.

والهدف ليس الأنا، بل سعادة الكل الأسمى الذي هو الإنسانية، أي كوكب الأرض. يسعى هذا الإدراك للنجاح إلى إحداث ذبذبات صدى تعاونية عند ذوي التفكير المشترك ليحققوا معاً المعجزات. (ومن الصعب إنقاذ الأرض إلا بهذه الطريقة!) ولكي لا يكون سلوكنا تجاه الأرض والطبيعة والحياة كالورم السرطاني، علينا أن نحول التفكير الأناني بالنجاح إلى إدراك روحي له.

الصدى على المستوى الانفعالي

لننف الخبير المفرح أولاً: يوجد لدينا مقياس داخلي لمعرفة فيما إذا كنا متجاوبين مع طاقتنا الذاتية. إن الدعابة والسرور والسعادة هي مشاعر الصدى لدينا. فما نفعله بروح

الدعابة والمرح، وما تقدمه لنا الرغبة، يتجاوب مع جوهرنا الحقيقي، فنشعر بالسعادة ونعيش في رفاهية بمعناها السليم. ولكن عندما نبذل جهداً ضد رغبتنا الداخلية، فربما نفعل شيئاً خاطئاً.

أما الخبر السيئ فهو: إن واحدة من النتائج الوخيمة لهذا القانون هي الاستنتاج أننا نجر إلى حياتنا ما نخشاه بالضبط، فالخوف والرعب هما عبارة عن ذبذبات قوية جداً، طاقات قوية جداً، ذات قدرة مغناطيسية، (إذا ما تحدثنا بلغة مجازية). حتى علم النفس المدرسي يدرك هذا القانون «كتنبؤ يحقق ذاته».

والمثال الكلاسيكي على ذلك هو: تقول مجموعة من التلاميذ العاديين تماماً لمعلم جديد أن المجموعة ذكية للغاية، فيعامل المعلم المجموعة على هذا الأساس، بحيث تحقق في نهاية الأمر بالفعل نتائج ممتازة للغاية.

لكن لهذا الهدف غالباً أثراً سلبياً في الحياة اليومية. مثلاً عندما يقرأ أحد لرجل مؤمن بالخرافات طالع، باستخدام ورق اللعب أو بالتنجيم أو ببقايا فنجان القهوة، ويتنبأ له بحادث سيارة، يبقى الأمر مجرد مسألة وقت حتى يقع الحادث.

فأوراق اللعب والنجوم وبقايا البن المترسب بالفنجان لا علاقة لها بذلك. فالوعي الباطني يتوقع الحادثة ويجذبها نحوه من خلال سلوكه الخاص والمضطرب.

علينا أن نتعامل مع مخاوفنا بكل احتراس وكذلك مع الناس، الذين يعتقدون أن عليهم أن «يرمجونا» سلبياً.

الصدى على المستوى العقلي

أفكارنا هي التي تتحكم بحياتنا إلى حد كبير جداً قد لا يستطيع الكثيرون تصوره. إننا ما نشعر وما نفكر به. فنحن نجر إلى حياتنا ما نخشاه، كما نجر إلى حياتنا أيضاً ما نتوقعه بناء على أفكارنا. فمن له موقف سلبي من العالم فإن تفكيره السلبي يؤكد له ذلك، فيبدو بالفعل أن كل شيء سلبي. ومن له موقف إيجابي من العالم، يؤكد له تفكيره الإيجابي ذلك، فيبدو بالفعل أن كل شيء إيجابي.

ومن الأمور التي في منتهى الأهمية بالنسبة لإدراك الذات النظر إلى «الصدى العقلي» من خلال عدسة مكبرة انتقادية. مع أي تفكير تتجاوب؟ ابن أي روح أنت؟ ما هي الأفكار والفلسفات والبنى الفكرية التي تجتذبك؟ ما نوعية الكتب التي تقرأها؟ ما هي البرامج التلفزيونية التي تعجبك؟ ماذا يقول كل ذلك عن أفكارك؟ إن نمط تفكيرنا يعتمد دائماً على تراث فكري، ففي أي من التقاليد ترى نفسك؟

ماذا يفكر الناس الذين تتواجد بينهم غالباً؟ هل أنت مبرمج إيجابياً أم سلبياً؟ هل تميل إلى الانتقاد أم إلى التشجيع؟ كيف كان الأمر مع والديك؟ هل تستطيع أن تتحدث عن عالمهم الروحي؟ هل هو عالمك أنت أيضاً؟

الصدى على المستوى الروحي

لكل منا نظام ديني للإيمان. فالنبئة لا تستطيع البقاء دون

جذور، كذلك الإنسان لا يستطيع البقاء دون دين، أي «عودة ارتباط» مع الوجود الميتافيزيقي، الحقيقة الكامنة خلف الظاهر. (وهذا يعني الميتافيزيقي أو ما وراء الطبيعة).

ما هي الألوهية؟ هل الإله شديد العقاب أم غفور رحيم؟ هل تجعل منا المجموعة الدينية التي ننتمي إليها مجرد تابعين، أم تشجع استقلاليتنا؟ أو هل يعتبر الدين بالنسبة لك «مسألة خاصة» لا تحتاج فيها إلى طائفة؟

تمارين على قانون الصدى

بينما كانت التمارين على قانون الذبذبة مكرسة بصورة رئيسية على تدريب الحدس (الحدس هو ذبذبات) نقوم الآن بتدريب العقل التحليلي.

اكتسب إدراكاً ذاتياً من خلال تحليل مجرى حياتك باعتباره «علبة الطين الخاصة بك»!.

أين تشعر بالسعادة؟

هناك تمرين رائع يعرفك بسرعة على نظام الصدى الخاص بك، هو تمرين المشاعر بالسعادة. أين تتجاوب مع جوهر ذاتك وتشعر فعلاً بالسعادة والرضا، وأين تشعر دائماً بالانزعاج، والمزاج السيئ والإرهاق...؟

ضع لائحة سعادة صغيرة (ضع إشارة في الحقل المناسب) حسب النموذج التالي:

--	-	0	+	++	
					الجسد
					الصحة
					المهنة/ العمل
					الأموال المالية
					الأسرة
					دائرة الأصدقاء
					إثبات الذات

++ راض جداً، + راض، 0 لا يوجد مشاعر، - غير راض، -- جداً غير راض. يعطيك هذا الإشارة الأولى إلى المجال الحياتي الذي تتجاوب معه ويتوفر في التفاهم.

لتتعامل مع هذا الجدول بشكل إبداعي! أكمل الجدول لينسحب على مجالات أخرى من الحياة. ضع جدولاً مثلاً عن كل الناس الذين تقيم معهم علاقة معينة. ما هي العلاقة التي تفيدك والتي لا تفيدك؟

يمكنك فيما بعد أن تشذب هذا «التقييم» وأن لا يقتصر على خمس مراحل، بل قد يتوسع ليصبح سبعاً أو أكثر. دع مشاعر الصدى في داخلك يتكلم وانتبه لمشاعرك!

البيئة كمرآة

في الخطوة الثانية انظر إلى بيئتك كمرآة لما في داخلك. من الأفضل أن تجيب على الأسئلة العالية كتابياً:

- ما هو النحس الذي يلزمك في حياتك؟ ما هي الأحداث التي تتكرر معك دائماً بحيث يمكن أن تدفعك للتفكير؟
- ما هي المخاوف التي يجبرها هذا النكد/ النحس إلى حياتك؟
- وبالعكس: أين تحدث المعجزات؟
- أي نوع من النساء وأي نوع من الرجال تجذبه؟ وماذا يمكن لهذا الشيء أن ينبئ عن حاجاتك الداخلية؟
- ما رأي مسكنك فيك؟ هل أنت عملي؟ محب للجمال؟ فوضوي؟ مرتب؟ حميم؟
- أيهم أصدقاءك؟ ذلك النوع من الفاشلين؟ أم الناجحين؟
- هل علاقتك هي مع أزواج ذوي علاقة مستقرة؟ أم أن معظم معارفك من العازبين؟
- هل تشتم الجنس الآخر باستمرار (كأن تقول الرجال خنازير والنساء كالماعز أو ما شابه ذلك؟).
- هل تشاهد برامج التلفزيون باستمرار؟ وأية برامج؟ ماذا ينبئ ذلك عنك؟
- ما هي الصحف والكتب التي تقرأها؟ وماذا يفصح ذلك عنك؟
- ماذا تنبئ عنك الطريقة التي تكسب بها مالاً؟ هل أنت مسرور بمهنتك؟ هل تحب عملك؟ هل تشعر بتحقيق ذاتك في عملك؟
- كيف تنظم مبدئياً وقت فراغك؟

- ماذا يعني الدين بالنسبة لك؟ وكيف تعرّف مغزى حياتك؟

تغيير حقول الصدى

جرّب في الخطوة الثالثة مرة أن تتهرب من حقل صدى معين وأن تغيره.

إننا دائماً سباقون داخلياً ولكن حقول الطاقة الخارجية تعيق تطورنا نحو الأمام.

- ماذا لو غيرت مسكنك مرة أخرى؟ وغيرت من وضع سريرك؟ ووضعت ألواناً جديدة على الجدران ومزيداً من الأزهار على النافذة؟

- ابتعد لمدة تصل ربما حتى أسبوعين عن تأثير التلفزيون.
- هل ستظل تشعر بالسعادة بالصورة التي تبدو بها؟ ماذا لو غيرت تسريحة شعرك وارتديت ملابس جديدة؟ فهل سيظل ذلك يناسبك؟

- انفصل عن الناس الذين لم يعودوا يناسبون حياتك! لا تدع نفسك تُستفز من قبل آخرين!

- إن لم تجد إبداعاً في مهنتك فابدأ باكتشاف تماهيك في عملك أثناء وقت فراغك؟

- أو استمع إلى موسيقى من نوع آخر يختلف كلياً.

موسيقى

إن الأسلوب الأبسط لرفع طاقة نموذج ذبذبتك هو التأثير

عليها من خلال الموسيقى. إننا نعيش دون أن ندري في بحر دائم من الطنين، سواء أكان ذلك من الضجيج الذي يحيط بنا، أم من الموسيقى المنطلقة من أجهزة الراديو الخلفية.

لقد ثبت أن الأطفال الذين يعزفون الموسيقى بمفهوم التعليم الكلاسيكي للموسيقى، يكونون من كل الوجوه أكثر تطوراً، انفعالياً وذكاءً، واجتماعياً. فالموسيقى المنسجمة يمكن أن تشفي.

• ما هي موسيقاك المفضلة؟ ما الذي تفضل سماعه بشكل خاص؟

• كيف يمكنك أن تحدد معالم هذه الموسيقى؟ هارمونية؟ نشار؟ إيقاعية؟ لحنية؟ سريعة؟ بطيئة؟ شافية؟

• ما هي الصورة التي تقرنها بموسيقاك المفضلة؟ شلال ماء؟ هدير البحر؟ ساحة الحرب؟ جنود في مشية عسكرية؟ أزهار تميلها الريح؟

انفتح على موسيقى تأملية، استمع إلى هذه الموسيقى المناسبة أثناء الأعمال الروتينية، أثناء قيادة السيارة وأثناء النشاط الفكري. قم بتهيئة جو موسيقي حولك!

الموسيقى التأملية هي أكثر من موسيقى استرخاء، إنها غالباً الخطوة الأولى على طريق نمط تأملي من أنماط الحياة، فالموسيقى هي المفتاح الذي يفتح لنا هذه البوابة على الحدس.

يمكن أن يكون ذلك أيضاً موسيقى كلاسيكية (خاصة

فيفالدي، باخ، موزارت، الذين وضعوا موسيقى تأملية هارمونية). إنها تشع هدوءاً وألوهية وقوة وسعادة وطمأنينة. فالموسيقى التأملية تخلق لك الانسجام مع الخلق ومع إيقاعات الطبيعة. والموسيقى هي مفتاح نغمات الكون.

ولكن قبل أن تقوم بنفسك بتمارين الاسترخاء والتأمل يجب أن تكتشف جسمك من خلال الموسيقى الشافية كعلبة طنين لذبذبات الطاقة الكونية. إنها أسلم الطرق: بمنتهى السهولة والفعالية.



قانون القطبية

يقول هذا القانون: كل ما تراه العين له قطبان. فليس هناك من شيء إلا وله قطب مضاد. وما من قطب إلا وله قطب مضاد. فكل هذه التناقضات متوحدة حسب جوهرها وعلى مستوى أقل انخفاضاً. فالقطبية تسبب التوتر، والتوتر تصدر عنه حركة. وما الحركة في الكون سوى حركة توترية بين قطبين.

علينا أن نفرق بين القطبية الموضوعية، الإدراك الذاتي للفروق، وبين التفكير في المتناقضات (التفكير الديالكتيكي). ولنقل بوضوح:

لنأخذ «النور» و«الظلمة»، فكلما أظلم الليل بدا أن الكواكب تزداد «إشعاعاً». إما في النهار فالضوء قوي لدرجة أننا لا نستطيع أن ندرك من الأجرام السماوية سوى الشمس، مع أن قوة «إشعاع» هذه الأجرام لا تتغير. فالكواكب تبدو لنا في وضوح النهار بشكل يختلف عنه في ظلمة الليل. فلا الكواكب تشع ليلاً فقط والشمس تخبو، ولا الكواكب تنطفئ نهاراً والشمس تشع. إن ذلك كله ليس إلا إدراك الناظر إليها، سواء أكان في الظلمة أم في النور.

لنأخذ أيضاً قضية «حار» و«بارد»، فالسخونة لا توجد إلا بوجود البرودة. و«الحار» ما هو إلا إحساس بالقياس إلى «البارد».

وبخلاف المثال الأول، لدينا هنا درجات حرارة مختلفة، ومن الواضح أن منطقة القطبين أبرد من خط الاستواء. إن للإفريقي مشاعراً بالنسبة لـ «حار» و«بارد» يختلف عنه بالنسبة للإسكيمو. وماذا سيشعر الدب القطبي بالنسبة لـ «حار» و«بارد»؟ وما الأمر بالنسبة لثعلب الصحراء؟ لا نستطيع تحديد الدرجة التي نصف فيها هذا الشيء بأنه «حار» أو «بارد». فواحد يشعر بالذبذبة بهذا الشكل والآخر يشعر بها بشكل آخر. وهنا في موضوع الحرارة يوجد اختلاف في الدرجات، ولكن أحاسيسنا قادرة على تحديد فرق نوعي، فهذا «حار» وذاك «بارد».

دور هذا القانون بالنسبة لإدراك النجاح

يجعلنا قانون القطبية نتفادى تصور النجاح من وجهة نظر واحدة. فحيث يوجد نجاح، هناك دائماً أيضاً فشل. عندما يعتقد المرء أن الحياة يمكن أن تتألف فقط من نجاحات تصطف خلف بعضها البعض، فإنه بذلك يبلغ حد التضليل أو خداع النفس. فالأخطاء والإخفاقات والأزمات هي الألفاظ التي يبني عليها أخيراً النجاح كصورة كلية. وإجمالاً فإن ما يبدو كإخفاقات ما هو إلا خطوات على طريق النجاح، إذ يمكن للفشل أن

يتحول مع الزمن إلى نجاح. وهكذا يجعل قانون القطبية من كل أزمة فرصة نحو الأفضل.

قام توماس ألفا أديسون بأكثر من ألف تجربة فاشلة، حتى استطاع أن يخترع المصباح الكهربائي، أو كما يقال لينقل العالم إلى النور. فهو لم يرَ بهذه التجارب الفاشلة «فشلاً» بل كان يقول لمساعديه لدى كل تجربة فاشلة تشجيعاً لهم: «لقد حققنا مرة أخرى نجاحاً باكتشافنا أن هذه الطريقة لا تجدي».

كما يمكن للنجاحات أيضاً، حسب قانون القطبية، وعلى المدى الطويل، أن تصبح إخفاقات، وذلك عندما يدمر النجاح الصحة، ويكلف الآخر حياته من خلال تجنيد كافة القوى، (احتشاء قلبي مثلاً). عندها لا نستطيع أن نتحدث عن نجاح في الحياة، بل يكون هذا النجاح المهني الذي يكلف المرء حياته، ليس إلا نجاحاً وهمياً.

يعمل التفكير الأناني بالنجاح ضمن هذه القطبيات، إذ يزيد التوترات والتناقضات حدة. إن الأنا هي دائماً جزء من القطب ولا تستطيع إلغاء الاستقطابات أو تحويلها. واعتقادها المبالغ فيه هو: أنا على حق، وأنت على باطل، هذا صحيح وهذا خطأ، أنا جيد وأنت سيء، أنا الفائز وأنت الخاسر، من ليس صديقي فهو عدوي.

وهذا ما ينطبق أيضاً على مجموعة من الأنانيين: نحن الطيبون وأنتم الأشرار، نحن الذين اختارنا الله وأنتم الذين احتقرهم، نحن إلى الجنة وأنتم إلى النار.

ويستغل الإدراك الروحي للنجاح الخواص القطبية لتحريك أشياء، وإطلاق ما كان محتجزاً، ويراعي كلا الجانبين لدفع الكل إلى الأمام، إنه يرى الربانية ويقدرها في كل شيء.

القطبية على المستوى الانفعالي

أيضاً على مستوى حياتنا الحسية نعيش أحاسيس قوية من خلال القطبية فقط. فمن لا يغوص عميقاً في الحزن لا يستطيع أن يطير فرحاً. ومن لا تنهمر دموع الحزن من عينيه، لن يعرف دموع الفرح.

يمكن للحب الجارف أن يسفر عن آلام. فمن يبتعد كلياً عن الألم والغم والحزن والهموم، عليه أيضاً أن يعيش حياته دون أهواء ورغبات. إن قلباً يخلو من الهوى وبارد المشاعر، غير قادر على الإحساس بالسعادة، وتكون حياته عبارة عن عملية ميكانيكية وظيفية فقط.

لكن حتى الحسد والغیظ والغضب، وحتى الهم والحزن، كلها مشاعر تشكل جزءاً من حقيقتنا. عندما نشعر - بالإضافة إلى الحب والسعادة - بالآلام ونستطيع التعبير عن الحزن، نكون على حقيقتنا، وفي تيار الطاقة، وتكون عند ذلك ذبذباتنا قوية وجارفة.

هناك توتر ناتج عن قطبيتنا الانفعالية يشحن بطاريتنا الداخلية باستمرار. وإذا ما تدفقت مشاعرنا بين قطبي الانفعال

أصبحنا في مجرى الحياة، عندها يمكننا أن ننهل، بلا حدود، من منبع قوة عقلنا الباطني، وبالتالي نعيش بكل طاقتنا.

القطبية على المستوى العقلي

إن العقل هنا في مجاله الطبيعي، فأكثر ما يحب القيام به هو اكتشاف التناقضات. فهو يعرف نفسه وبحق، بأنه يدرك القطبية. إنه يميز بين الصواب والخطأ، بين العلمي وغير العلمي، بين الصالح والطالح، بين ما هو كائن وما ينبغي أن يكون، بين الحاضر وغير الحاضر (أي الماضي والحاضر)، بين الواقعي والوهمي ... وكل ما تكشف عنه إمكانات التفريق الأخرى.

حتى في هذا التقسيم إلى أقطاب وثنائيات وتشعبات وتناقضات، فإن للعقل قاعدته في إطلاق الأحكام.

الشيء المميز للعقل هو أيضاً شكّه. فبالنسبة له لا توجد حالة واحدة مفردة فقط، بل هناك على الأقل حالتان، وبالتالي الشك. فحيث يوجد طريق، يكتشف العقل دائماً مفترق طرق. والعقل المتشكك يقود دائماً إلى الشك، لأنه غير قادر على اتخاذ القرار بين الخيارات. وفي الواقع لا يمكن للعقل أبداً أن يقرر أنه أسير القطبية والثنائية. والمشاعر هي التي تتخذ القرار بدلاً عنه (من الخوف مثلاً) أو الحدس (من التيقن الداخلي) عندها تصبح وظيفته هي العقلنة.

القطبية على المستوى الروحي

تلغى هذه القطبية على المستوى الروحاني، في «ما وراء المشاعر». إننا نغادر عالم الثنائية ونظهر في عالم الوجدانية. ففي حالة الكشف، ينعدم الزمان والمكان، وتنعدم الحركة، ويتوحد الجميع في الحب.

تمارين على قانون القطبية

ندرك في التمرينين التاليين الاستقطاب بشكل واع. التمرين الأول هو تمرين جسدي مع إدراك قوي للقطبية. والتمرين الثاني للقطب الذي يتعارض مع الجسد، أي الروح. إننا ندرب الكشف (بمعناه الصوفي) الناقل للاستقطابات.

تمارين عضلية: توتر - استرخاء:

لمعرفة القطبية جسدياً، وبشكل مؤلم تقريباً، يصلح ما يسمى بـ "استرخاء العضلات التصاعدي" وفيه يتم أولاً توتير مختلف المجموعات العضلية بقوة، ومن ثم تركها بعد ذلك تسترخي كلياً. وفي نهاية التدريب (من 10 - 20 دقيقة) تشعر باسترخاء جسدي تام وهدوء روحي.

استلقِ على ظهرك (ضع تحتك بطانية) في غرفة هادئة لا يزعجك فيها شيء على الإطلاق. قم بتوتير كل مجموعة من العضلات لوحدها، كما سبق وصفه، بمعدل خمس ثوان لكل مجموعة، ثم دعها تسترخي لمدة خمس ثوان أخرى، دعها

تتوتر لخمس ثوان، ثم دعهما تسترخي نهائياً. قم بذلك حسب الترتيب التالي بتوتر وإرخاء مجموعات العضلات.

- كوّر راحة يدك اليمنى.
- شد عضلة عضدك الأيمن.
- شد عضلة ساعدك الأيمن.
- كوّر راحة يدك اليسرى.
- شد عضلة عضدك الأيسر.
- شد عضلة ساعدك الأيسر.
- اجعل جلدة جبهتك على شكل طيات (افتح عينيك جيداً).
- أطبق أجفانك بشدة.
- شد على عينيك وهما مطبقتان.
- اضغط شفتيك على بعضهما.
- عض على أسنانك بقوة (كن حذراً إن كنت تضع فكاً اصطناعياً).
- اضغط عضلات الضحك باتجاه الخدين.
- شد عضلات رقبتك نحو الأعلى.
- شد عضلات كتفيك (لوحتي الكتفين) معاً إلى الخلف.
- شد على القفص الصدري من خلال تنفس عميق.
- شد فجوة الظهر.
- شد على البطن.
- قرب الفخذين والساقين نحو الجذع.
- كوّر أصابع قدميك.

وعندما تقلص وترخي مجموعات العضلات هذه على نحو ما ذكرنا آنفاً، ابقَ هكذا في هذا الوضع المسترخي المدة التي ترغب بها. تصور كم تشع هدوءاً وطمأنينة ورضاً وتوحداً مع نفسك.

من الزمن إلى اللازمن

العقل هو الذي يجعلنا نرى الحياة في تيار مستقيم من الزمن. فنحن نعيش في الواقع دائماً في اللحظة الآنية، حتى ولو كنا نفكر بالمستقبل، فنحن نصنعه لأنفسنا الآن. وإذا كنا لا نزال مرتبطين بالماضي، فنحن مرتبطون الآن بالماضي. ويحول تدفق الأفكار غير المنقطع بيننا وبين تلقي الحدس، حيث يبدو الأمر وكأن خط الهاتف مشغولاً، لا يمكننا الدخول إليه، فالخط يكون (من خلال تدفق الأفكار الداخلية بلا انقطاع) «مشغولاً».

والكشف (أيضاً) يمر في مرحلة خمود فكري تام في الـ«هنا» والـ«آن». إنه الحالة التي يكون فيها خط الاتصال مع الحدس - وهذه واقعة ملهمة - غير مشغول.

أما التمرين التالي فربما يعود لحوالي خمسة آلاف عام. وهذا لا يمكن التحكم فيه بالعقل. ولا يصبح لعبة أطفال إلا إذا استطعت أن تتحرر من العقل.

أغمض عينيك وتصور شكل وردة. احتفظ بهذه الصورة أمام «عينك الداخلية». ليس الأمر متعلقاً بروعة الألوان أو

بالالتزام بالتفاصيل ، بل فقط بتوجيه انتباهك نحو وردة تخيلتها. ثم اجعل اهتمامك منصّباً على نفسك. لا تدعه يتأثر، بل دعه يتم بشكل واع. إنك توجه اهتمامك نحو صورة الوردة ونحو نفسك. قم عند كل تنهيدة بالعد من الواحد حتى العشرين. وحالما تغيب صورة الوردة عن ناظريك، كرر العد من جديد.

يبدل العقل مجهوداً كبيراً أول الأمر من أجل التحكم بهذا التمرين وسيتساءل، لماذا لم يوفق في ذلك الآن؟ وسوف يفكر بحيل يمكنه بواسطتها أن ينجز التمرين.

لا حل أمامه، لا بد وأن يأتي وقت يستسلم فيه ويهدأ. ثم يصبح التمرين لعبة أطفال، وعندها تكتشف الحالة الممتعة لخمود الفكر، عندها تظفر بقمة الكشف.



قانون الإيقاع

يقول هذا القانون: كل صيرورة، وكل ما يتحرك، له إيقاعه الفردي الدوراني، يعلو ويهبط (كالمد والجزر) يتذبذب من قطب إلى آخر (كالبندول).

كل تطرف يعود إلى التوازن من خلال اندفاع مضاد. فإيقاع الحياة يهتم بموضوع الرجوع الدائم، الحياة، الكون. كل شيء مجرد لعب وتسلية.

هكذا نحن البشر، مختلفون في تركيباتنا الثقافية. فلا يوجد شعب على وجه الأرض دون موسيقى ورقص. هكذا يتجلى هذا القانون العام في حياتنا. ففي الموسيقى والرقص نهتز مع إيقاع الكون.

فالنهار يعقبه الليل، والجزر يعقبه المد، والذهاب يعقبه الإياب، والتقدم يعقبه التراجع، والإيجابية تعقبها السلبية، والفوضى يعقبها النظام، والتوتر يعقبه الاسترخاء، وكل علو يعقبه انخفاض، والعمل تعقبه راحة، والإخفاق يعقبه نجاح، والفرح يعقبه حزن، والولادة يعقبها موت. وكل شيء يعقبه نقيضه.

تقوم الحضارات وتندثر، تتوسع الشركات ثم تنهار، يتنافس الشركاء ويتعاونون، تتحقق الأرباح ثم تتلوها الخسائر، يتوحد المحبون ثم ينفصلون عن بعضهم.

باختصار: إن الكون يرقص متذبذباً بين قطبيه في إيقاع حلقي.

دور هذا القانون في إدراك النجاح

إن للتفكير الأناني بالنجاح تحديداً، علاقة مزعجة مع إيقاعات الحياة. لكن من الخطأ الجسيم عدم الاستجابة لإيقاعات الزمن، بل الاعتقاد أن بالإمكان التحكم بالزمن واستغلاله.

يقودنا الطموح الأناني نحو النجاح دائماً إلى الإجهاد والتنافر والنشاز في إيقاع (ضربات القلب). علينا أن نتعلم، أن نتدرب بأناة، وأن لا ننحو نحو الحصول على النتائج بالإكراه.

كثير من الناس يعتقدون أن على المرء أن يكافح من أجل النجاح، فتحقيق النجاح يعني التغلب على الآخرين. لكن عندما يجب خوض الحياة كالحرب، فإن الكثير من المصادر سيتم تدميرها. فمن يحارب ضد الجميع، سيصبح في نهاية المطاف هو العدو.

أما النجاح من خلال الإدراك الروحي، فهو أشد أثراً إلى حد بعيد، ويتمخض عن نتائج مقنعة، بأقل قدر من بذل الطاقة، ذلك لأن السلوك يتجاوب مع إيقاعات الزمن. فكل من

يتقن العمل في مجاله يبرز من خلال اللامشقة، وكلما زاد الإتيقان، قل بذل الجهد.

يسفر هذا الصدى في الإيقاع عن معجزات، فالنجاح الحقيقي هو دائماً أعجوبة. إنه التعرف على ما يستحق الإعجاب، الانسجام مع إيقاع الخلق. هنا يقال دعه ينضج، أطلق سراحه، اصبر عليه.

لا يمكن للمرء أن يحصل على الأعجوبة بالإكراه، بل بمجرد أن يدعها تحدث. فالحياة من وجهة النظر هذه، لعبة يكسب فيها الجميع، بأسلوب رائع.

الإيقاع على المستوى الانفعالي

حيث نشعر بالحياة تنبض وتتذبذب، نكون في الإيقاع. وهذا ما ينطبق بشكل خاص على العلاقة الجنسية. فالعلاقة الجنسية هي أكثر من تواتر إيقاعنا مع إيقاع الشريك للاتصال به والاندماج معه. وهنا لا يقتصر الأمر على «نبضاتنا الداخلية»، بل يتعداه أيضاً إلى تنظيم الإيقاع مع نبض الشريك، وضبط التنفس للاثنين معاً، وإلى تدفق وإفراز الهيجان النابض والحياة الجارفة والحب والعشق.

ولا نصل إلى هذا الإيقاع الشهواني الثنائي إلا من خلال الاندماج والاستغراق. يحصل الإيقاع المتزامن عندما نفقد التعقل ونستسلم لمتطلبات الجسد ودفق المشاعر، دون اعتبار. وعندما نندمج في الإيقاع نشعر بحيويتنا، فالحياة هي إيقاع.

الإيقاع على المستوى العقلي

تخضع قدرتنا الجسدية والروحية للإيقاعات. فنحن لا نستطيع أن «نقدم المادة» بلا انقطاع. فلدينا أوقات يومية (مختلفة) بارتفاعاتها وانخفاضاتها. ففي أوقات القمة يفضل أداء الأعمال الفكرية الإبداعية. أما الأوقات الأخرى فيمكن تكريسها للأعمال الروتينية.

وكما أن الجسد يحتاج إلى شد واسترخاء، كذلك العقل يحتاج إلى أوقات للمتطلبات وأوقات «للتسكع». فهل بإمكانك أن تتبع حاجات الجسد هذه، أم هل ستُفرض عليك إيقاعات أخرى من الخارج؟ ما مجال تأثير الذي تملكه؟ وماذا يمكنك أن تغيّر؟.

هل تعرف إيقاعك الذاتي؟ إيقاع حياتك؟ هل أنت على انسجام معه؟ أم هل تخوض حياتك بفوضى؟ هل تجبرك الأمراض على التوقف بين حين وآخر، على الاستراحة والتفكير ملياً في حياتك؟ هل أنت على وفاق مع إيقاعك السنوي أو الشهري أو اليومي؟ هل عندك إحساس خاص بك فيما يتعلق بالإيقاع؟

الإيقاع على المستوى الروحي

إن حالة الكشف ليست بالنسبة لنا، نحن سكان الأرض بحالة دائمة، بل دائماً حالة مؤقتة ومتناوبة مع حياة يومية أقل

سعادة. فنحن نسقط من سرمدية الكشف إلى وقتية الحياة اليومية. وهذا ليس إخفاقاً روحياً، بل إيقاع الحياة في قوة جاذبية المادة بين مختلف مستويات الوجود، وهذا ما يجب أن يكون.

تمارين على قانون الإيقاع

تخاطب التمارين على قانون الإيقاع أحاسيسك وجسدك. تعلم مرة أخرى كيف تراعي إيقاعك ونبضك الداخلي، حتى ولو كان خافتاً لدرجة عدم الإحساس به.

إن القدرة على النهل من قوة الحدس تعني الاندماج، القدرة على التفاعل، الوضوح، العفوية واستقبال الذبذبات. والدخول في إيقاع الحياة هو عبارة عن مقدمة مثيرة لاستقبال الحدس.

إيقاعات الحياة

صفّق إيقاعياً بكلتا يديك (أو انقر على لوح الطاولة) وتعرف على يديك كآلة إيقاع (كما يفعل راقصو وراقصات الفلامنكو بشكل أخاذ). العب مع امكانيات التعبير عن الإيقاع من خلال التصفيق: عدد النقرات، النبزة، شدة الصوت، تبدل الإيقاع.

- عبر عن مشاعر بدائية من خلال التصفيق بكفيك: الغضب، الألم، الحب، الجنس، الفرح.
- عبر بالتصفيق عن حالتك النفسية الآنية، عن نبضك الداخلي.

- ابحث - إن كان يروق لك - عن آلة إيقاع بسيطة، وقم بتوسيع تدريبك، فربما تعزف مع شريكك وترتجلان نوبة.



قانون الانسجام

يقول هذا القانون: كل ما هو غير منسجم ينشد الانسجام. وعدم الانسجام مصدره الابتكار والتطور. فمن خلال الانسجام يعاد خلق التوازن، وتعود الأجزاء التي كانت تنشد الانفصال عن بعضها لتشكل وحدة جديدة على مستوى أعلى، تعود الفوضى إلى النظام، ويخلق الانسجام الوحدة والكمال على مستوى أعلى.

يشكل الرجل والمرأة أول الأمر انسجاماً بعلاقتهما كزوجين. ثم يرزقان بطفل ومن خلال الطفل تفقد علاقتهما الزوجية انسجامها، حيث يتطلب الوضع الجديد إعادة تحديد الأدوار، فالزوجة تصبح أمّاً، والزوج يصبح أباً. فتتغير العلاقة الثنائية إلى نظام عائلي، إذ يصبح الاثنان ثلاثة. فقانون الانسجام يقود هذه الثلاثية إلى وحدة جديدة هي وحدة العائلة على مستوى أعلى، ومن ثم إلى تحقيق الانسجام مرة أخرى.

إن انطلاقة الكون ليست مجرد دائرة ترجع باستمرار، بل هناك مزيد من النشوء والارتقاء، أي تطور. ما يهم قانون الانسجام هو أن لا يتناثر كل شيء، بل أن يتماسك على الدوام، بحيث يبقى «النظام الإلهي» مصاناً. أي باختصار: خلف كل صيرورة نسمع وقع انسجام الكون، إنها سمفونية الخلق.

نفهم قانون الانسجام أيضاً كقانون توازن. وفي هذا المفهوم يعني: إن كل طاقة منطلقة تعود إلى أصلها ثانية.

هذا الشكل من أشكال قانون الانسجام معروف في الفيزياء من خلال قانون الفعل ورد الفعل. وكل ضغط يتبعه ضغط مضاد مساوٍ له. وذلك من أجل خلق انسجام الكل، أي التوازن.

من الحياة اليومية نعرف القول التالي من الكتاب المقدس:

«من يعطي يُعطى، ومن يأخذ يؤخذ منه»

من هذا القانون تتحقق «العدالة الأسمى» ومن يؤدي الآخرين، سيصيبه الأذى. وهذا ما نلاحظه باستمرار في الحياة: إن إنساناً يستولي على شيء بغير حق، لن يسعد به، ثم يخسره في نهاية المطاف. فكم من صانعي الصفقات ولاعبي القمار والذين يريدون من الآخرين كل شيء، دون أن يقدموا شيئاً، ينتهون إلى الإفلاس! كما أن الخلايا السرطانية لا تنجو من إيدائها «مضيفها»، فانتصارها على الجسد يعني في الوقت نفسه موتها أيضاً.

إحدى أهم نتائج قانون الانسجام هذا على الحياة اليومية تقول:

ما أقدمه للآخرين، أي للمجتمع، ألقاه ثانية أضعافاً مضاعفة، كل منا يحمل قوته في داخله، وهو ثروة هائلة. وبالطريقة التي أتقاسم فيها هذه الثروة، هذه المواهب والقدرات والعبقرية مع الآخرين، وأقوم بتوزيعها على المجتمع، أكون قد

ساهمت في تطور الكل وفي الكشف عن الثروات. يستمد هذا القانون وجوده من انطلاق طاقتي (وطاقة الآخرين). وبالطريقة التي أغني فيها المجتمع من خلال قدراتي وإمكاناتي، أكون قد جعلت حياتي أكثر قيمة وأخذت من المجتمع ثانية ما هو قيم.

دور هذا القانون في إدراك النجاح

لقانون الانسجام أهمية كبيرة على النجاح دائم الأثر. إنه القانون الأساسي أصلاً. لأن التفكير الأناني للنجاح هو فلسفة الأخذ، وجوهره هو استغلال الآخر دون أي اعتبار (الأرض، الطبيعة، الحيوانات، المرؤوسين، الشركاء) من أجل المصلحة الشخصية فقط.

أن تكون ناجحاً يعني أن تكون إلى جانب الكاسبين، وأن تدع الآخرين يعملون لصالحك. وشعارات «الفلسفة السرطانية» المؤذية هذه هو: «أن تكون مطرقة أو سنداناً. إذن أنا مطرقة أطرق بها من حولي».

التفكير الأناني بالنجاح متحيز جداً، ويشجع على عدم الانسجام. فرجل يبني تفكيره على ارتقاءه المهني فقط، سوف يغترب عن زوجته وأسرته، فإلى جانب الشركة الناجحة هناك الأسرة المحطمة، كبرنامج مناقض.

كم من مرة يحقق فيها المرء النجاح على حساب صحته؟ هناك المئات من المديرين الذين يعانون من مشاكل في القلب.

فمن خلال أمراضهم الجسدية يعودون إلى بساطهم، متخلين عن كل طموحاتهم.

كم من الناس كدسوا الثروات، وهم، رغم ذلك، غير سعداء، بل يشعرون بفراغ داخلي. هنا ينعدم الانسجام بين النجاح والسعادة، وإرضاء الحاجات الدنيوية والروحية.

إن انعدام المسؤولية تجاه المجموع هو من أعراض التفكير الأناني بالنجاح: فالأرباح قصيرة الأمد هي الأهم، الأمر الذي يتبعه إهمال النتائج طويلة الأمد. «إنها ليست مشكلتي» على مبدأ «وليات بعدي الطوفان» الذي يتميز به انعدام المسؤولية هذا.

إن التشجيع على عدم الانسجام من خلال هذا التفكير الأناني، هو إشارة للنجاحات الوهمية ذات المدى القصير، وتكديس طويل المدى للمشاكل.

إننا نرى نتيجة هذا التفكير الأناني، بشكل مباشر وعلني، ماثلة أمام أعيننا. عالم مليء بالفوضى والتوترات وفقدان التوازن والصراعات والتناقضات، بحيث يبدو العالم مهدداً بالانفجار. لقد بلغت فلسفة النجاح الأنانية نهايتها، وجنت على نفسها بكل جلاء ووضوح.

إما الإدراك الروحي للنجاح فهو على العكس، إنه فلسفة العطاء. إننا ناجحون بقدر ما نساعد الآخرين على تحقيق نجاحهم. وشعار هذا التفكير يقول: «أعطي دائماً أفضل ما

عندي» فكل ما هو قيّم في هذه الحياة يتضاعف من خلال العطاء: الحب، السعادة، الهوى، العطف، الهدايا، المعرفة، الحكمة، الحظ، السلام، والشفاء...

العطاء يعني أيضاً القدرة على التخلي: عدم التشبث بالملكية بشكل جشع وعدم إظهار حب الملكية (والغيرة) أمام الآخرين وعدم التمسك بشيء بقوة ومنع أي شيء، وتشجيع التبادل مع الآخرين وترك كل شيء للدفق الانسجامي.

يشجع الإدراك الروحي للنجاح على الانسجام في كل مجال: تجاه الصحة، والأسرة وفريق العمل وكذلك أيضاً تجاه الإنسانية والأرض. إن دعم وتشجيع الانسجام هو في النهاية المقياس الحقيقي للنجاح الذي يترك أثراً باقياً. ثم أن النجاح مقترن بالحظ والوفاء، عندها يكون النجاح ثروة شاملة (مادية وعاطفية وروحية ونفسية) للجميع. وعندها يكون النجاح الشخصي منسجماً مع خطة الخلق.

الانسجام على المستوى الانفعالي

يقول قانون الانسجام كقانون للتوازن، على مستوى المشاعر أول الأمر بشكل عام: إن الانفعالات الصادرة تعود إلى أصلها ثانية. وهذا ما ينطبق أيضاً على الطاقات التي تصنع التنافر. فالغضب من الآخر ينتج عنه غضب مضاد من قبل الآخر (قد لا يكون بنفس القدر). والعدوان يسفر عن عدوان مضاد،

والعنف ينتج عنفاً مضاداً، والضغط ينتج ضغطاً مقابلاً.

إن أي سلوك انفعالي يضر بإنسان آخر (أو بالحيوانات) يخلق حلقة مفرغة من الطاقات السلبية، وخطأ حلزونياً نازلاً ومتصاعداً من التنافر. فمن يستغل الآخر عاطفياً، يجف في نهاية المطاف، هو نفسه، عاطفياً.

ويمكننا من خلال الانفعالات السلبية أن نلحق الضرر ليس فقط بالآخرين بل وبأنفسنا أيضاً: فالخوف والمشاعر بالذنب عبارة عن سموم تلحق الضرر بالشخص نفسه. ومعظم الأمراض الجسدية هي عبارة عن أشكال للتعبير عن التنافر على مستوى المشاعر. حتى الطب النظري يتحدث الآن عن أمراض ذات منشأ نفسي، وهي الأمراض التي لا يعود منشأها لمسببات خارجية، بل من خلال العدوان الذاتي الانفعالي وعدم مراعاة الذات.

يعلّمنا عدم الانسجام الناتج بهذا الأسلوب، مع أنفسنا ومع الآخرين، مراعاة قانون الانسجام. فعدم الانسجام يعلم الانسجام، حتى هذا يعتبر توازناً للقانون. فحياتنا العاطفية لا تحقق الانسجام والرضا والاطمئنان إلا إذا منحنا الحب. فالحب هو منطلق الانسجام، هو الاندماج في الانسجام. وطالما نحن خارج نطاق الحب (وكل المشاعر القريبة منه) يعيدنا التنافر الناتج مرة أخرى إلى الطريق المؤدي إلى الحب.

إن أكون منسجماً مع نفسي يعني أن أحب نفسي، أن أهب نفسي الحب، وأن أكون يقطاً حيال حاجاتي الذاتية. فبدون هذا التعامل الرقيق مع الذات، لا أجد سبيلاً إلى الطمأنينة والرضا، ولا أستطيع أن أعطي هذا الحب، وهذا الانسجام.

إن حبك لنفسك هو نقطة البداية، لتخلق لنفسك عالماً محباً وتصبح رسول الحب والسلام والانسجام إلى الآخرين.

إن حبك لشخصك ليس نرجسية (الحب الأعمى للذات) بل يعني أن تقبل نفسك على ما هي عليه. أما النرجسي فهو يركز على نفسه فقط، وهو متعطش إلى الاعتراف به من قبل الآخرين، يعيش على المجاملات ويريد أن يكون دائماً في المحور. أما حب النفس، فعلى العكس، إنه تنقية النفس عاطفياً، ليستطيع المرء أن يمنح الآخرين حباً نقياً.

الانسجام على المستوى العقلي

سبق أن نوهنا في قانون القطبية أن العقل يستقطب ويميز، يفرق ويشكك، يثمن ويشجب. هذا هو الجانب التحليلي للعقل.

إن التحدي الأكبر لعقلنا هو قدرته على الجمع بين نظم تفكير مختلفة وخلق الانسجام النظري. فإذا ما تغلبنا على انقسام الفكر، وأزلنا بلبلة الألسن، يصبح إدراكنا للإنسانية قادراً على خلق انسجام جديد بين الأرض والطبيعة والإنسانية، كبداية لعصر جديد.

الانسجام على المستوى الروحي

مستوانا الروحاني هو مركز روحنا، فالروح تطمح إلى التكامل والانسجام والكمال، ومن هنا يستلهم الحدس قوته. فعندما نكون على انسجام مع ذاتنا، نحوز منبعين لا ينضببان من منابع الطاقة: منبع ما تحت المشاعر، عقلنا الباطني (مشاعرنا في انسيابها الحر) ومنبع ما وراء المشاعر (حدسنا في انسيابه الحر).

وكلما انفتحنا على الحدس، واستطعنا أن نسلم قيادتنا للحدس، استطعنا أن نحقق المزيد من الانسجام في حياتنا، وبالتالي زاد التكامل بين وعينا وتفكيرنا. ولكن علينا قبل ذلك أن نكون قد أزلنا قدراً معيناً من التنافر لكي نستطيع الانفتاح على طاقة الحدس التي تخلق الانسجام، لأن التخلص من التنافر، على المستوى العاطفي يهيئ الأرضية من أجل حدس فعال.

تمارين على قانون الانسجام

ننصحك في هذا القانون بتمارين تساعدك بفعالية على تحقيق الانسجام بين مستواك العاطفي والعقلي، فتستعد لاستقبال الحدس بشكل أفضل.

تأكيدات على تحقيق انسجام في اللامشاعر

اقرأ التأكيدات التالية أولاً واختبر ما هي التأكيدات التي

يمكنك أن توافق عليها كلياً. كَوْن هذه المجموعة التي تنسجم معها فكرياً وكرر هذه التأكيدات خلال الأسبوعين القادمين.

كَوْن مجموعة ثانية من التأكيدات التي لا تستطيع التعامل معها. ابحث في هذه الجمل عن نصوص للتأمل يمكنك برفق، بل أول الأمر بشكل رسمي، أن تتلوها كقصيدة، ثم لاحظ كيف تزول عوائق داخلية، وكيف تعود داخلياً إلى التدفق. وحالما تستطيع الموافقة على تأكيد، قم بضمه إلى المجموعة الأولى.

كَوْن مجموعة ثالثة تتناقض معها، تجعلك مضطرباً، وتثير أعصابك، تكون دائماً على تنافر معها. ضع أمام كل جملة المقدمة التالية: «كم سيكون جميلاً بالفعل...».

قم بصياغة تنمة التأكيد ولكن بالعكس (مثلاً ليس بصيغة التمني)، أو ابدأ الجمل بعبارة: «ينطبق ذلك على الكثير من الناس، وأتمناه لنفسه أيضاً...».

- أحب نفسي كما أنا، وأقبل كل شيء في كعطاء يشجعني ويدفعني نحو النمو.
- الحياة تحبني، وأنا براحة وأمان.
- كل عواطفني مقبولة ولها حق البقاء، ومن خلال القبول والرضا أطلقها حرة.
- أترك لمشاعري حرية الحركة، حتى لغضبي، فالتعبير عن مشاعري يبقيني سليماً.

- لم يكن والداي يريدان لي إلا الأفضل وقد أعطيا أفضل ما عندهما. أسامحهما، كما أطلب أنا السماح.
- يحبني الناس لأنني ذاتي، وعلى انسجام مع نفسي.
- أحب جنسي وأنا مسحور بالجنس الآخر.
- أستريح في داخلي وأشع اعتداداً بنفسي.
- يملكني السلم والرضا والاطمئنان.
- أقدر الانسجام العميق في داخلي. يملؤني الانسجام أكثر فأكثر. أتخلي عن كل ما يضر بانسجامي.
- أنا قيم، وجدير بالمحبة. الآخرون يقدرون قيمتي ويحبونني كإنسان له قدره.
- أتخلي عن ماضيّ بمحبة وعرفان وأعيش في زمانني ومكاني.
- أنا مسترخ وفي تيار الحياة.
- أتقبل شاكراً ما تمنحه لي الحياة.
- أشع محبة وأنا محبوب. أشع انسجاماً وأتلقى الانسجام.
- أثق بالحياة وبنفسي وأنظر بثقة إلى المستقبل.
- أعطي أفضل ما عندي دون شروط ودون أن أتوقع شيئاً.
- أتعامل مع نفسي باحتراس ورقة وحنان. أحب نفسي.
- أنا انسجام.

التخلص أم الاندماج

ينشط هذا التمرين قدرتك على التفكير الاندماجي، لأن التنافر ينشأ عندما لا نستطيع التخلص مما لم يعد يخصنا (نحن

متمسكون بالماضي) أو عندما لا ندمج ما يجب أن يكون أصلاً جزءاً لا يتجزأ من حياتنا (فنحن نصنع مستقبلنا دون إدراك).

● أين حصل انفصال في حياتك؟ أين تم هذا الانفصال؟ وبين أي المجالات تشعر بالتوتر المتزايد؟ (مثلاً: عمل مستمر لكن لقاء دخل قليل، نجاح في المهنة لكن فشل في الحب، متطور روحانياً لكن مريض جسدياً، تحب الأطفال لكن لا وقت لديك لهم، دخل مرتفع لكن دون متعة في العمل).

● ما هو الشيء الذي كان عليك أن تتخلص منه لأنه لم يعد يخصك؟ ممّ تخاف؟ وكيف يمكنك أن تتغلب على هذا الخوف؟ (مثلاً: علاقة ثابتة لموظف، خوف من مخاطرة الاستقلالية، شراكة قديمة، خوف من الانفصال، إدمان النيكوتين، خوف من مظاهر الحرمان، بلوغ الأبناء وتغربهم، خوف من وقت تصبح فيه بلا أبناء).

● ما هو الشيء الذي يعتبر جزءاً أساسياً من حياتك، لكنه ليس لك بالفعل؟ كيف يمكنك أن تجعله يندمج في حياتك؟ (مثلاً: هوايتي تثير حماسي، لكن لا يمكن أن أعيش منها. شريكي في الحب هو الإنسان الذي أحلم به، لكننا لا نعيش حياة مشتركة. أنا معجب بأناس آخرين، لكنهم لم يصبحوا بعد جزءاً من حياتي).

● ما هو الشيء الذي تتمناه لنفسك؟ قم بصياغة نهائية وكأنك توصلت إليه. أتمنى أن تكون هوايتي هي مهنتي وأستطيع أن أعيش منها. أو: أتمنى أن أنفصل بكل الحب عن شريك

حياتي وأن يلقي كلانا الأفضل. أو: أتمنى أن أكون في كامل صحتي، حيويًا وقادرًا.

• ما هي القرارات التي يجب اتخاذها الآن؟

في هذه الحالة سنحمل العقل فوق طاقته. لا تدع العقل يتخذ قرارات، بل اطرح أسئلتك في الفراغ فقط. اطرح ثلاثة أسئلة وسجلها. دعها «تقف في الفراغ»، مثلاً:

- ماذا يجب عليّ أن أفعل لأصبح سليماً بكل معنى الكلمة؟
- ماذا يجب عليّ أن أفعل لأصبح ناجحاً بالفعل في مهنتي؟
- ماذا يجب عليّ أن أفعل لأكون شريكاً مثالياً في الحب والحياة؟

أنت تدرك مسبقاً أننا بالأسئلة السابقة نطالب بأجوبة من حدسك، ندعو حدسك إلى تحقيق الانسجام في حياتك. فإذا كنت قد قمت بصياغة أسئلتك بدقة (غير الكلمات إن لم تكن تعطي التعبير الدقيق) افتح حواسك لتلقي الجواب، الذي سيأتي بالتأكيد. كن عندها أيضاً حاضر الذهن!.

قانون التفكير

إن القدرة على التفكير، وإبداع شيء جديد من خلاله، تجعل من كل إنسان جوهرًا نفسيًا، والوعي الذاتي يعني إدراك الذات وأداء العمل. بالإنسان يصبح التطور مدركًا لذاته، ويتحول إلى تطور واع. فنحن نعيش أوقاتاً مثيرة فعلاً.

فكرة - كلمة - فعل: هكذا يحدث الخلق، كبيره وصغيره، فالفكرة تظهر أولاً في كلمة منطوقة أو مكتوبة، للتحقق بعد ذلك من خلال الأفعال، وتنبت عنها أعمال خلاقة.

هناك عبارة تقول: «كل فكرة تنشأ التمام» أما كيف يكون هذا التمام فعالاً، فيمكن أن نشاهده كل مساء بعد غروب الشمس. فكل الأنوار الاصطناعية التي تحيط بنا في الشوارع وفي النوافذ هي عبارة عن إظهار فعال لفكرة توماس أديسون باستخدام الكهرباء في الإضاءة الاصطناعية.

كل ما صنعه يد الإنسان كان أول الأمر فكرة. والحضارة التي تحيط بنا عبارة عن روح تحولت إلى مادة. لنمض في

مشوارنا مبهورين في الطبيعة، إذ لابد أن يطرح نفسه السؤال التالي: ما هي الفكرة أو ما هي الرؤيا التي تجلت في الطبيعة الحرة؟

حاولت العلوم الطبيعية منذ وقت طويل (ولا تزال حتى الآن تحاول) تفسير التطور على أنه تراكم هائل من «الصدف». يبدو أن هذه الصدفة لم يكن ينقصها الوقت 4.5 مليار عام. وما ذلك بقليل!.

إذا ما أخذنا هذه الفرضية على محمل الجد، وقمنا بحسابها حسب قوانين الاحتمال الرياضية، فكم سنحتاج من «التحولات التي تتم عن طريق الصدفة»؟ فلنكن يتحول الكائن الذي يشبه القرد، إلى إنسان، لن تكفي أبداً هذه الـ 4,5 مليار سنة للقفزة الأخيرة من قفزات التطور. فكم من «التحولات التي تتم عن طريق الصدفة» يجب أن تحدث ليتمكن الكائن الذي يشبه القرد من اختراع مصباح كهربائي، أو حتى لوضع دراسة فلسفية على غرار ما فعل أفلاطون؟ والغريب في الأمر هو أنه في مثل هذه القفزة النوعية للتطور يجب أن تحدث مئات التحولات في وقت واحد، لخلق شيء جديد نوعياً. وهذا غير معقول إطلاقاً.

فالزمن الذي احتاجه التطور ليتكون أنزيم واحد فقط «وبطريق الصدفة» سيكون بالتالي أطول بكثير من عمر الأرض.

هذا من أجل تكوّن أنزيم واحد فقط. وكم هناك من أنزيمات مختلفة! ومن التراكيب البيولوجية الأكثر تعقيداً!

وقبل أن تصيبنا هذه الأرقام الهائلة بالدوار، علينا أن نجعل الأمر أكثر سهولة: ضع فنجاناً على الطاولة. فكم تعتقد سيحتاج هذا الفنجان من الوقت ليزيح سنتيمتراً واحداً نحو اليمين من تلقاء ذاته؟ هل هذا مستحيل؟ لا، ليس ذلك مستحيلاً تماماً.

نحن نتذكر أن كل شيء مكون من ذبذبات. وفنجانك هذا ليس حالة استثنائية. نظرياً يمكن التفكير ببساطة أن كل الجزيئات تتحرك مرة «صدفة» بناء على أمر، باتجاه ما، وبالتالي يتحرك الفنجان «من تلقاء نفسه».

نظرياً يمكن تصور ذلك. ولكن كم سيحتاج ذلك من الوقت حتى يتم مثل هذا الحدث غير الممكن. هل تكفي مليون سنة؟

لست بحاجة لانتظر كل هذه المدة! امسك بالفنجان بكل بساطة بيدك وحركه قليلاً جانباً. ولننظر الآن: كم للروح من قوة؟ وبأي سرعة يمكن للروح أن تجعل شيئاً يتحرك، وكم تزيد هذه السرعة من حركة هذا الشيء التي تتم بطريق الصدفة؟ وكم من الوقت وفرنا من خلال التدخل الطريف؟

حسناً، قد تعترض وتقول أن الفنجان قد تحرك نتيجة تدخلنا، وليس من تلقاء نفسه، أي من قوة خارجية. اعتراض وجيه بالفعل يدفعنا للتفكير. (والتفكير هو موضوعنا الآن).

إن الفنجان ببساطة ليس شيئاً هبط من السماء، بل هو إنتاج مصنوع، أي أنه مخلوق، وأكثر من ذلك إنه تجسيد لفكرة. «فكرة الفنجان» اتخذت هيئة مادية، وما تزال جزءاً من هذا المنتج الذي يبدو تافهاً.

مهمة هذا الفنجان هي احتواء السائل لكي يمكن بسهولة تقريبه من الفم ومن ثم شربه. لقد وُجد الفنجان لكي يُمسك ويُحرك باليدين. فهو بكل بساطة «يقول» لنا: «املائي بالسائل وضعني على فمك» وهذا هو حقه في الوجود، بذلك يحقق ذاته. وبدون أيدينا التي تحركه يفقد معنى حياته. فأيدينا هي جزء منه، وبدون أيدينا يكون تركيباً فاشلاً. فعندما نحرك الفنجان بأيدينا نحقق ما يأمله منا، نضعه في صميم وظيفته، نحقق له معناه. فأيدينا لا تكون بالتالي «قوة خارجية» بل جزءاً من «خطة التركيب الداخلية» للفنجان (هل تحل هنا كلمة «صدفة» محل كلمة «خطة الخلق»؟).

لم توجد الفناجين لتتحرك «صدفة» من تلقاء نفسها. ولو كنا نتوقع ذلك، لكنا قد أسأنا فهم معناها كلياً. فباستخدام

الفنجان نتعرف على وظيفته، ولا نتناول فيه مشروب الشوكولا فقط، بل نتمثل أيضاً «فكرة الفنجان» في ذاتنا.

هكذا يفكر الكثيرون من منظري التطور: فالفنجان (اقرأ: الكون) وجد هنا بالصدفة. والآن سيحدث له شيء بالصدفة أيضاً. لكن «الخطوة الأولى» وكذلك سرعة التطور تعتبر بالنسبة لهؤلاء المنظرين عبارة عن كابوس. «بالصدفة» أصبحت الآن غير واردة بالنسبة للتطور أبداً.

حسناً. إن الفنجان لا يعي ذاته أنه فنجان، وليس لديه وعي ذاتي. فهل هو لهذا السبب بلا روح؟

دور هذا القانون في إدراك النجاح

كانت قوة الأفكار معروفة لدى كلاسيكيي التفكير بالنجاح. «يبدأ النجاح في الرأس». يمكن لهذه الجملة أن تكون شعاراً. بالإضافة إلى «قوانين النجاح» يعتبر الكتابان «فكر وأصبح غنياً» و«النجاح من خلال التفكير الإيجابي» في عداد الكتب الرئيسية التي كتبها نابليون هيل. فالتفكير الإيجابي هو شرط ضروري، ولو أنه غير كاف، للنجاح.

التفكير هو إذن الخطوة الأولى نحو النجاح، لأنه يتوجب عليّ التفكير، على الأقل بهدف أريد أن أحققه، لأكون ناجحاً. وبعد ذلك عليّ أن أفكر كيف سأصل إلى هذا الهدف. فالنجاح يشترط التفكير، وبدون التفكير لا يمكن أن أحقق نجاحاً.

يغالي التفكير الأناني بالنجاح بدور التفكير الذاتي والعقل، ويركز عليه بشدة، لدرجة القدرة الكلية التي لا حدود لها. وشعاره يقول: كل ما يخطر ببالي، يكون قابلاً للتحقيق. لكن «جنون فعل الممكن» هذا، الذي لا يراعي شيئاً، هو الشطط الأعمى، (حسب شعار: إرادتي ستنفذ) الذي وضع العالم على حافة الانهيار. نعم! لقد أثبتنا، كإنسانية، أن تدمير كوكب الأرض قابل للتنفيذ!

وإذا ما قربنا المسألة أكثر نقول: أفكر بهدف وأبلغه، بحيث أفرض إرادتي على كل أنواع الظروف المعاكسة.

إن طريق النجاح إذن هو الإرادة بتحقيق النجاح تلو الآخر بإصرار وعزم وبالقوة. قف! يبدو أن نوعية الهدف لا تلعب في هذا التفكير أي دور، لأن صيغة النجاح هنا هي بسيطة ومؤثرة: النجاح = الوصول إلى الهدف.

ولنكن أكثر وضوحاً: يقرر إنسان ما أن يقتل إنساناً آخر (الهدف). إنه يتبع الهدف إلى أن يبلغه ويقتل الضحية. إن هذا الفعل يعتبر نجاحاً تاماً بمفهوم تحقيق الهدف.

بعبارة أخرى (وعلينا أن نكون على بينة بشكل مطلق): إن التفكير الأناني بالنجاح خالٍ من كل أخلاق! فحسب أية اعتبارات يجب على هذا التفكير المرتبط بهدف أن يقرر ما

هو أخلاقي وما هو غير أخلاقي؟ إن هذا التفكير العبثي واللاأخلاقي هو بالضبط الذي قادنا إلى أزمة تهدد وجود الكوكب.

أما الإدراك الروحي للنجاح فعلى العكس، إنه يدمج التفكير الذاتي في خطة الخلق. وبدلاً من عبارة ذي النفوذ المطلق الذي يقول: «إرادتي ستنفذ» أصبح يطلق عليها الآن بتواضع: «إرادتك ستنفذ»!

ولكن يجب عدم الخلط بين ذلك وبين الخضوع والتبعية، فهو يعني بالدرجة الأولى جعل الحياة الشخصية تنسجم مع التيار الهائل للخلق والتطور.

لأنني لا أستطيع أن أجِدَ لنفسي مكاناً إلا في خطة الخلق هذه، أكون بالتالي سعيداً ومستقراً. إن الخضوع الروحاني هو الحلقة المؤدية إلى الغرور اللامبالي للتفكير الأناني بالنجاح.

لا ينساق هذا الوعي الروحي بالنجاح إلى الضلال من خلال جنون فعل كل ما يمكن فعله. لا تفعل ما يمكن فعله، بل افعل ما له مغزى أخلاقي. فالمغزى ينطلق من الهدف الأشمل، من التعاطف والاندماج وليس من اللامبالاة الأنانية. ولكن كيف لنا أن ندرك إرادتك؟ من أين لنا أن نعرف ما هي «خطة الخلق» التي هي المبدأ القطعي لحياة ذات مغزى وقيمة؟

إن الجواب لم يعد مفاجئاً: من خلال الحدس، فالحدس ليس أنانياً على الإطلاق، بل يسير دائماً على هدى «الحكمة السامية». والحدس في جوهره الكلبي أخلاقي، نفيس وعاقل. والنجاح الدائم والشامل، الباعث على التجلي هو دائماً نجاح جاء عبر الحدس. هذه هي الثورة في إدراك الوعي.

التفكير على المستوى الانفعالي

هل يمكن أن نفكر على مستوى انفعالي؟ أليس التفكير هو بالضبط جوهر المستوى الذهني العقلاني؟ ثم أليست المشاعر على عكس ذلك، هي لا عقلانية بصورة جلية؟

نعرف من خلال هوارد غاردنر Haward Gardner وكتابه «الذكاء العاطفي» أن لمشاعرنا ذكاء. وكما أن الكون والطبيعة هما من أشكال التعبير عن الروح، كذلك أيضاً هي مشاعرنا وعقلنا الباطني. إذن فنحن نفكر أيضاً إن صح التعبير «بواسطة البطن».

لذلك علينا أن لا ننعت مشاعرنا بعد الآن باللاعقلانية، بل علينا أن ندرك ذكائها ونعيه. فالمشاعر (العقل الباطني بشكل عام) ليست غير عقلانية، بل ما قبل عقلانية (حسب قول كين ويلبر) وتنتظر الارتقاء إلى الوعي والإدراك بواسطة التفكير. فالمشاعر ليست خصوماً للتفكير، بل هي غذاؤه.

من خلال تحول المشاعر إلى الوعي نحقق انسجاماً بين العقل الباطني والوعي. وهذا ما يقود إلى رفع طاقتنا.

التفكير على المستوى الذهني

يشكل التفكير المستوى الذهني، أي أنه يشكل كينونتنا الإنسانية. فبالتفكير ينطلق الوعي والوعي الذاتي.

وهذا التفكير هو مستقيم، تسلسلي، منطقي، ذروي (أي خاص بالمذهب الذري، مؤلف من عناصر بسيطة وكثيرة - المترجم)، تحليلي مختزل، آلي، حتمي، حتمي، ويخضع الآن لانتقاد حاد من قبل «ما بعد الحداثة التي تفكر بشكل إجمالي» ولكن رغم ذلك: فبدون هذا التفكير لكنا الآن مازلنا في العصور الوسطى! ولم تكن تلك العصور ذهبية، بل مظلمة.

كان التنوير يعني، التخلي عن السير على نهج العقائد الدينية المتحجرة والأيدولوجيات الخاطئة، والبدء بالتفكير الذاتي.

أنا أفكر، إذن أنا موجود - مازال مفعولها سارياً على كل إنسان يريد أن يتحرر عن اجترار الفكر القديم، لأن التخلص من العبودية، وتحقيق استقلالية التفكير، يبدأ بالتفكير الذاتي.

التفكير على المستوى الروحي

وكما أن هناك ذكاء «انفعالياً» هناك أيضاً «ذكاء روحاني». (حسب داناه زوهار Danah Zohar وإيان مارشال Ian Marshall). إن الذكاء الروحي هو ذكاء الروح، ذكاء القلب. والناس المتطورون روحياً: يفكرون بقلوبهم.

يمكننا على المستوى الروحي أن نرتبط «بالشمولية المعرفية»، ومن خلال الحدس والإلهام نستقبل الأفكار، دوافع التفكير!

ولكن الشيء الأهم الذي يمكن أن نستقبله (ولا نختلقه عقلياً) هو نظرتنا إلى الحياة التي تشكل مغزى حياتنا. ويمكننا أن نخضع أهدافنا لهذه الرؤية التي نستقبلها حدسياً. وهكذا فإن الأهداف غير متحررة وخاضعة للأنا، بل محاطة بحس أسمى، بقيم عامة، بأخلاق ما وراء المشاعر.

لا نصل بهذا الأسلوب إلى مجرد تحقيق انسجام مع الخلق فقط، بل نجعل أنظمتنا الثلاثة: الوعي الباطني، الوعي، وما وراء الشعور، منسجمة مع بعضها. وبذلك نحقق ذاتنا، وهذه بلا ريب أنانية متحولة روحانياً. فما عساه أن يكون الأفضل بالنسبة لنا من تحقيق ذاتنا، وصنع الأفضل من أنفسنا؟ فحيث كانت الأنا الأنانية، يجب أن تصبح الذات (على قول فرويد: حيث كان يجب أن أكون).

إن الاستسلام للذكاء الروحي (وهذا تنازل خضوع

للأسمى) يمكن أن يتابع خطوة أخرى ويضع التسليم والرضا مكان «جنون فعل الممكن».

لسنا مجبرين على جعل كل شيء خاضعاً للرقابة، والتخطيط لكل شيء بدقة، ومعرفة كل التفاصيل، والتفكير بكل الجوانب. يمكننا من خلال التسليم للفعل القاصد والهادف أن ندع المعجزة تتم.

من خلال هذه الثقة بالخلق نكتسب مرة أخرى القدرة على الدهشة التي يقف اللسان عاجزاً عن وصفها، الإعجاب الأخاذ بنظام وانسجام وكمال وذكاء «الكلي».





قانون القوة

يقول قانون القوة أو قانون القدرة: الروح والحب هما حقل طاقة لا حدود له ولا شكل، لجميع الإمكانيات. فهذه القوة هي كلية القدرة وكلية المعرفة، إنها الواحد في الكل.

إن ما يتخذ هيئة تتجلى بأشكال متنوعة ما هو إلا جزء من القوة، أما القوة نفسها فهي في طاقتها الكلية غير محدودة. والأفكار (وجهات النظر والرؤى) هي القوة الوحيدة التي تستطيع أن تكون مظاهر ملموسة وثابتة ذات شكل للقوة التي لا شكل لها أصلاً.

وكل إنسان هو جزء من هذه القوة. ولا شيء خارج نطاق هذه القوة. لكننا نعزل أنفسنا، ونحيطها بجدار، ونعتقد أننا نعيش خارج كل شيء، وأنا كائن مفرد ومنعزل.

لكن ذلك واحد من أكبر الأوهام، كما سبق أن عرفنا ذلك في قانون الذبذبة. يكفي أصلاً أن نكون ما نحن، لنستطيع الاستفادة بلا حدود من هذه القوة اللامحدودة.

هذه القوة هي منبع قوتنا الروحية (وليس الأنانية) إذا ما

ارتبطنا بهذه القوة، نعيش كقناة في هذه القوة وبالتالي نعبر عنها من خلال حياتنا، ونحقق في الوقت نفسه أيضاً قوتنا الذاتية والحقيقية.

لدينا هدف طاقوي تظهر فيه مهمتنا في الحياة، التي يجب أن نعيها. كما قالت كيتي كولفيتس Kathe Kollwitz «إن كل موهبة هي رسالة».

والرسالة يجب استثمارها في خدمة الإنسانية بإدراك للمسؤولية، وخدمة المجموع بهذه المواهب المتوفرة، أي بالعبقريّة الساكنة فينا. لكن خدمة المجموع لا تعني خدمة ما هو قائم، بل رؤياه الروحانية، رؤيا الأسرة الإنسانية كتتويج حقيقي للخلق على كوكب الأرض.

إن أعظم خدمة للإنسانية هي إطلاق طاقتها بشكل كلي، وبهذا الشكل نعمل على إظهار هذه الطاقة. إن تيار الخلق يتدفق فينا وعبر إبداعنا، فالتطور لا يتم في مكان ما خارجنا، بل نحن هذا التطور.

دور هذا القانون في إدراك النجاح

يجيب قانون القوة على تساؤل أساسي يتعلق بالنجاح. ما هو أصلاً القابل للتحقيق؟ أين هي الحدود؟ وأين يبدأ المستحيل؟ هل هناك ما لا يمكن تحقيقه؟ كيف يمكن تحقيق

المعجزات؟ وما هي أصلاً المصادر التي ننهل منها؟ أخيراً هناك السؤال: ماذا نفهم من كلمة ثروة، وكيف نحققها؟ وكيف نجعل العالم نفيساً والحياة جديرة بأن تعاشر؟

التفكير الأناني بالنجاح هو في جوهره تفكير قاصر، إذ ينطلق من فكرة أن المصادر محدودة، وأن على المرء أن ينتزع لنفسه مكاناً «تحت الشمس»، وأن على كل منا أن يحرص على أن يصيب قسماً من قطعة الكاتو التي تنتظر التوزيع، وأنا جميعاً نقف متنافسين مع بعضنا البعض، وفي النهاية يفوز المجتهدون ويخسر الأغبياء.

الغنى هو الحصول على الغنائم، والغنى هو لقلة، ويجد التعبير عنه في التملك المادي. إن احتياطي خلق القيمة هو الأرض (استغلال الثروات الباطنية) والطبيعة (استغلال الغابات والحيوانات سواء للتربية أم للذبح) والنساء (استغلال الطاقة الانفعالية) والعمال سواء في بلدانهم أم في بلدان الاغتراب (استغلال قوة العمل).

الثروة تتحقق والقيمة تُغترف، بحيث تتحول الأخرى إلى غنيمة. إن الاستغلال هو عقلية الصياد الموجودة في دماغ الزواحف الذي يسكننا. إننا لا ندرك إلا ببطء، ولكن بالتأكيد أننا بهذا الشكل الاستغلالي في صنع الثروات، لا نضر إلا أنفسنا.

أما الإدراك الروحي للنجاح فعلى العكس، فهو إدراك الوفرة. وإذا ما كان كل شيء طاقة، فكيف يمكن أن تكون هناك «أزمة طاقة»؟ إذا كانت الطاقة غير محدودة، فكيف يمكن أن يكون هناك نقص؟

إن أزمة نقص هي دائماً أزمة تفكير وأزمة وعي. يبدو أننا لم نصبح بعد في وضع يمكننا فيه خلق ثروة من وفرة الطاقة من خلال تفكيرنا. لأن كل ما نحتاجه متوفر دائماً.

إننا نصنع الثروة الحقيقية والتي تبهج القلب عندما ننهل من طاقتنا الداخلية وننقل قيمنا الداخلية إلى الخارج. في الإدراك الروحي للنجاح نزداد غنى، ولكن ليس باستغلال العالم، بل نزيد من غنى العالم ببناء القيم. فالنجاح الحقيقي هو التعبير عن طاقتنا الداخلية.

القوة على المستوى الانفعالي

تتجلى قوتنا على المستوى الانفعالي في آمياتنا وأحلامنا وآمالنا، في نزوعنا وأشواقنا. ينبهنا عقلنا الباطني الذي هو حصن قدرتنا، بكافة الوسائل المتاحة له، إلى ماهية مجالات حياتنا، ويكون رد فعله غير ودي عندما لا نراعي ذلك.

إن الاكتئاب (كانقباض) هو أكبر إشارة إنذار عند العقل الباطني أننا بعيدون كل البعد عن امكانيات حياتنا. فقدرة حياتنا

ستعبر عن نفسها، إذا ما تم كبتها، (من خلال عدم المراعاة) عندئذ نصاب بالاكْتئاب.

وهناك إشارة إنذار أخرى: إن كل إدمان هو إشارة واضحة على أننا لا نعيش شوقنا، بذلك نستطيع أن نتخذ موقفاً تجاه السلوك الإدماني. فهذا الموقف ينبهنا بأننا تغربنا عن أشواقنا، وعن مجال حياتنا، إلى حد الإنكار.

حتى أن الأمراض الشديدة والمزمنة هي إشارة للجسم أننا نعيش بلا انسجام مع أنفسنا، يجب أن توقظنا هذه الإشارات لنعيش أخيراً الحياة التي نحن قادرون عليها، لنتصب بكل كبرياء.

لكن عقلنا الباطني يدلنا أيضاً على الطريق المؤدي إلى قدرتنا. إنه طريق السعادة والحب. كل ما نقوم به بسرور، حيث تعم السعادة، يضعنا على الطريق الصحيح. إن ذلك أصلاً في منتهى البساطة. يمكننا أن لا نخطئ الطريق أبداً، لأن الهدف فينا، ولا نحتاج إلا إلى السير في الاتجاه الصحيح.

القوة على المستوى الذهني

هناك مهمة متقدمة للوعي، وهي نقل أمنياتنا وأحلامنا وآمالنا ونزوعنا وأشواقنا من العقل الباطني إلى الوعي، والإفصاح عنها بكل جلاء ووضوح، وجعلها قابلة للتعامل معها وتحويلها إلى خطط محددة وأهداف. وهذا ما ينطبق بشكل

خاص على مهنتنا التي من المفروض أن تخدم تحقيق ذاتنا. فالمهنة تربطنا بالمجتمع، وتجعل منا كائناً اجتماعياً. ومن خلال مهنتنا ندخل في علاقة تبادل مع المجتمع، نقوم بالعمل ونتقاضى عنه مالاً. وطريقة قيامنا بمهنتنا تُظهر موقفنا من الغنى الروحي أو الأناني.

ما نوعية تأثير عملنا على المجتمع؟ هل نؤديه ضد إرادتنا، ولا ننسجم معه، هل ندع أنفسنا للاستغلال من أجل كسب المال فقط؟ أليس ذلك شكلاً مخففاً من أشكال الدعارة عندما نبيع أنفسنا من أجل المال فقط؟ ولكي لا يحدث سوء تفاهم نقول: إن المال ليس شراً، بل الشر هو الموقف منه. فمن لا يحب عمله لا يستطيع أيضاً أن يحب المال الذي يتقاضاه لقاءه. ما النفع إذا كنا لا نحب مهنتنا؟ لكن المال في الحقيقة هو أيضاً قدرة.

هل نشاطنا الاجتماعي هو شكل من أشكال التعبير الذاتي؟ أو بتعبير أدق هل هو تعبير عن قدرتنا؟ وأخيراً يأتي السؤال: هل لدينا مجرد مهنة أم أننا نعيش أيضاً الاندماج في المهنة؟.

إننا نطلق قدراتنا على المستوى الذهني، بحيث نعيش الاندماج أو التماهي مع المهنة. ننمي مواهبنا (من عقلنا الباطني) ونطلق العنان لنبوغنا الفطري.

القوة على المستوى الروحي

إن ما وراء المشاعر هو الحليف الثاني في الكشف عن

القدرة الخلاقة، وكافة امكانات حياتنا. فلدينا، إن صح التعبير، قدرة داخلية وقدرة خارجية: وقدرتنا الداخلية التي يعتبر العقل الباطني حصنها، تختزن مواهبنا وقرائننا الممكنة. وقدرتنا الخارجية التي يمكننا من خلالها إقامة اتصال مع ما وراء المشاعر، هي القدرة غير المحدودة على الخلق. وإذا ما تحقق الانسجام بينهما، يقوي كل منهما الآخر، فيصبح بالإمكان الإتيان بالمعجزات.

وكلما انفتحنا على الحدس، ازداد اتصالنا بهذه القدرة «الخارجية». فالحدس هو القناة المؤدية إلى قدرة الخلق التي لا تنتهي. وبالتالي نشارك بذلك في القدرة الكلية والمعرفة الكلية.

وعندما نمضي في طريقنا، يتقدم عقلنا الباطني بالشكر من خلال مشاعر الفرح والمحبة. ويقدم ما وراء مشاعرنا شكره بالهدوء والطمأنينة واليسر والحكمة والتوازن الداخلي والسعادة.

بذلك ننهل من أغلى ما نملك، بذلك نحقق قيمة للمجتمع ونخلق ثروة ونسلك انطلاقاً من وعي ذاتي لا يتزعزع. وهكذا يكون نجاحنا الشخصي مقترناً بقيم أخلاقية وقيماً من الناحية الأخلاقية. عندها نطمئن على الأخلاق، ويصبح مشاعرنا وتفكيرنا وسلوكنا أخلاقياً في أعماقه. إن الأفضل والأغلى، لنا وللعالم، هو جمع ثروة خلاقة للقيم، من القدرة اللامحدودة.

تمارين على قانون القوة

نريد أن نسهل عليك في السلسلة التالية من التمارين إقامة علاقة مع قوة الحياة التي في داخلك. نرجو أن تقوم بهذا التمرين حسب التسلسل الوارد، وأن تكرره باستمرار حسب الحاجة. خذ الوقت الذي تريد، ولا تدع شيئاً يزعجك.

السكينة

كثير من الناس يحتاجون إلى أصوات خلفية ترافق وجودهم، هؤلاء عندهم خوف حقيقي من الوحدة أو الهدوء، لأن عليهم في هذه الحالة أن يكونوا في مواجهة مع أنفسهم. فالسكينة والوحدة تقوداننا بالفعل إلى أنفسنا. السكينة هي صوت الروح، وروحنا هي جوهر قوتنا. والهدوء هو الطريق إلى الروح، إلى قوتنا، إلى مركزنا، إلى صميمنا.

عليك أن تقضي ساعة على الأقل (جالساً أو مستلقياً) بهدوء مطلق وأنت مطبق العينين، دون أية موسيقى، واهتمامك موجّه نحو الداخل. دع كل الأفكار التي تنتابك تختفي بلطف. راقب تنفسك دون التأثير عليه. توخّد مع هذه السكينة. استشعر في هذه الطمأنينة بالود، بالاستقرار الدائم، بالأمان غير المحدود، بالثقة الأساسية التي لا تتزعزع، ببسر الوجود وبقوة إمكاناتك. استشعر بصوت روحك المغتبط في هذا الهدوء. إن ابتسامة خفيفة في وجهك المسترخي ستناسبك جداً: كن متوحداً مع نفسك.

الرغبات، الحاجات، الأحلام، الأشواق

سجل الآن بلا تردد ولا خجل كل أشواقك وأحلامك
ورغباتك وحاجاتك. يمكن أن يكون ذلك طفق الكيل،
الفيضان!

ماذا تنتظر من حياتك؟ ماذا ستطلب فيما لو أن كل رغبة
لديك تجد طريقها إلى التنفيذ؟ أو أن ساحرة طيبة تنتظر منذ مدة
طويلة حتى تبوح لها أخيراً بأمنياتك؟

ماذا كانت أحلام طفولتك؟ ما هي الأحلام التي رافقتك
خلال فترة مراهقتك؟ أين بقيت معلقاً؟ بماذا أنت مدان للحياة؟
وماذا بخصوص الأشواق الجارفة والعميقة كل العمق؟ وماذا عن
نزوع روحك وحاجاتك الروحية؟ ماذا تنتظر روحك منك؟
ما هي الخبرات التي ستكسبها في هذه الحياة؟ ولماذا
اختارت روحك هذه الحياة؟

ما الذي يدع روحك تشعر بالسعادة؟ وما الذي يجعلها
متعطشة للحياة؟

سجل كل ما يخطر ببالك دون أية رقابة، ودون أي خوف
من أن يقرأ أحد ملاحظاتك. لقد ذهب الخجل! ارسم إذا ما
شعرت بالحاجة إلى الرسم. استخدم عدة أقلام ملونة. يمكن أن
يكون عنوان هذا الخلق للحياة هو: الحياة التي أريد.

من المهنة إلى المهنية

والآن عودة بلا رحمة إلى الواقع. هل ستمارس مهنتك

فيما لو كنت لا تتقاضى مالا لقاء ذلك؟ وماذا كنت ستفعل يومياً لو كنت تتلقى راتباً تقاعدياً مجزياً وليست عندك مشكلة دخل أبداً؟ فهل مهنتك هي الشيء الذي تعتمد عليه؟

قم بإعداد ثلاث قوائم، تتضمن الأولى كل ما تحسن عمله فعلاً، كل ما تلقى عليه مديح الآخرين (قائمة مواهبك)، وهنا لا يهم فيما إذا كنت تستطيع بذلك كسب المال. ويمكن أن تتضمن هذه اللائحة أيضاً القدرة الجيدة على الإصغاء.

والقائمة الثانية هي قائمة سرورك، ما الذي يسبب لك السرور بشكل خاص؟ بأي شيء تشعر أنك منسجم حقاً مع نفسك؟ يمكن أن تتضمن هذه القائمة أيضاً مثلاً: السباحة عارياً في البحر أمام شاطئ النخيل.

والقائمة الثالثة هي قائمة قدراتك، ماذا تعلمت؟ وما هو الشيء الذي أصبحت فيه مبدعاً؟ (لا يشترط هنا أن يكون ذلك في مجال المهنة). يمكن أن تتضمن هذه القائمة أيضاً تنظيم خطوات العمل، ويمكن أن يكون لها علاقة كبيرة مع مهنتك الحالية كمقدمة لمهنتك إن صح التعبير.

يجب أن تتضمن كل قائمة عشرين بنداً وأن تكون مفصلة. انتقِ الآن من الكثير، فالأمر يتعلق بتنمية قدرتك اللامحدودة.

رتب هذه البنود حسب أهميتها، ثم سجل على ورقة أهم ثلاثة بنود من كل قائمة، أي تسعة مفاهيم أو نشاطات، وضع هذه المعرفة في صورة مناسبة لك: لوحة فنية، أو ملصقة، أو لوحة بالقلم الرصاص، زينها واصنع منها لوحة فنية.

قانون السبب والمسبب

يقول قانون السبب والمسبب (أو قانون الكارما) (كلمة في اللغة السنسكريتية تعني «الفعل» وتعني في الديانة الهندوسية: هذه الحياة هي حلقة في سلسلة أجيال يعيشها المرء، يحددها فعله في حياة سابقة. «مبدأ التقمص» - المعرّب): لا شيء يأتي من لا شيء. فحيث يوجد مسبب يوجد أيضاً سبب. وحيث يوضع السبب يظهر المسبب وحيث يكون الخلق هناك أيضاً خالق. وحيث تظهر المادة تظهر أيضاً الروح التي أحدثتها.

بعد أن أدركنا أن الفكرة كسبب أول (قانون التفكير)، وكقوة تعطي الشكل (قانون القوة) فإن قانون السبب والمسبب يعني أن ما يتجلى هو بالضبط ما تتسبب به الفكرة، لا يختلف عنه، ليس أفضل ولا أسوأ منه، بل هو بالضبط.

يعبر وعينا العادي عن هذا القانون على الشكل التالي: «إننا نحصد ما نزرع» أو «كل إنسان يصنع قدره بيده» أو «هذا الصدى من ذاك الصوت».

إن لقانون السبب والمسبب منطقاً منزهاً ومقنعاً، إنه القانون الأساسي للمنطق بشكل عام. وباعتباره «مبدأ السببية» فقد

سأستسمعه إلى حد ما من خلال نقد ما بعد الحداثة الموجه إلى التفكير المنطقي - العقلاني، حيث لا سبيل يؤدي إلى هذا القانون. حتى في تفكيرنا العادي قلما نقيم أي اعتبار له.

يمكن لقانون السبب والمسبب أن يفتح لنا أعيننا. إنه أداة قادرة من أدوات طاقتنا الإبداعية، إنه يعيد لنا السيطرة الكاملة على حياتنا من وجهتين:

فمن جهة يعني هذا القانون في النتيجة النهائية، أن كل ما يصيبنا في حياتنا، نحن المسبب له بشكل أو بآخر. فنحن في الحقيقة لسنا أبداً دون حيلة أو لا حول لنا ولا قوة، ضحايا نثير الشفقة، بل نميل إلى جعل أنفسنا نعامل معاملة الضحية. فأبواب استغلالنا من خلال الآخرين مشرعة على مصراعيها داعية للدخول. وعندما تساء معاملتي، أدع ذلك يتم ببساطة. وعندما يحدث لي سوء، تترتب نتائجه بصورة ما على حياتي، وأكون مشاركاً في المسؤولية.

إن قانون السبب والمسبب لا يناقش، فمنطقه مقنع ونزيه. فإما أن أعترف بفعاليته، ويمكنني أن أستغله لتحرير من التبعية، أو أن أتهرب من نتائج هذا القانون. وبالتالي يكون عليّ أن أستمّر في معاناتي، إلى أن أتقبل هذا القانون في كامل سيطرته، وأستغله من أجلي.

كل من يدرك العبرة العميقة من قانون السبب والمسبب هذا، إدراكاً حقيقياً، يكون قد تحرر من جميع الأعذار

(الرخيصة) ويمكنه أن يضع زمام حياته واعياً في يده: لدي القدرة على لعب دور الضحية، لكن لدي أيضاً القدرة على صنع حياتي حسب رغباتي ومتطلباتي.

إن القرار بيدي، هذا أو ذاك. إن الأمر في يدي، في حرية قراري، أي الطريقتين أتبع: طريق التحكم بحياتي من قبل جهة خارجية، أو طريق تقرير حياتي بنفسني؟

ومن ناحية أخرى يعني هذا القانون: يمكنني أن أستدعي إلى حياتي ما أريده دائماً. (مهنة مناسبة، شراكة مثالية، صحة ممتازة)، ما عليّ إلا أن أضع الأسباب الصحيحة بأفكاري. عندها لا يبقى للحياة خيار آخر سوى أن تمنحني ما طلبته بالضبط. وطالما لا أحصل على ما أرغب به، أكون قد ارتكبت خطأ ما في الطلب.

وكم من الأخطاء ترتكب في الطلبات المقدمة إلى الحياة، لأننا لا نقدر قانون السبب والمسبب في شكله الحازم، حق قدره. إننا لسنا منطقيين، فلماذا نتوقع من الحياة نتيجة نزيهة؟

نطلب من الحياة غالباً ما لا نريده: لا حياة زوجية كتلك التي يحيها والداي، لا للمزيد من الصداق، عدم إفلاس الشركة، عدم ارتكاب الأخطاء، إذن كيف سيكون رد الحياة على «طلبات سلبية»؟

تصور أنك تطلب من مؤسسة تسويقية عن طريق الكاتالوج على الشكل التالي:

لا أريد سروالاً! ماذا تظن أنك ستتلقى؟ بالطبع لن تتلقى شيئاً. («لا شيء» تعني أيضاً «لا سروال») ولكن ذلك ليس هو لب المسألة. فالحياة لا تقدم (كمسبب) إلا ما نطلبه بشكل إيجابي وواضح ودقيق (السبب).

هناك خطأ آخر كثيراً ما يُرتكب، وهو التقدم «بطلبات خاطئة» بدلاً من «طلبات سلبية». تريد مثلاً أن تطلب ثوباً أسود اللون، فتضع إشارة في الحقل المخصص للأحمر بدلاً من وضعها في حقل الأسود. فماذا ستتلقى؟ هل سيصلك ما أردت أصلاً أن تطلبه (الثوب الأسود) أم الشيء الذي طلبته بالفعل، خطأ (الثوب الأحمر)؟

المسألة ليست على محمل الجد، فلا أحد يتردد عند الجواب. ولكن هكذا نعيش، إننا نعجب دائماً وأبداً (أو لا نعجب) بأن الحياة تقدم لنا، وبدقة، الشيء الذي نطلبه.

إن ذلك لن يكون موفقاً (فلا يكون كذلك) «بإمكاني أن أجرب» (وهنا لا يتعدى الأمر مسألة التجربة)، «هذا صعب جداً»، «هذا ما لا أحققه»، «هذا ما لا أتعلمه»، هل بإمكاني الصبر على ذلك؟، «أحتاج إلى ذلك طويلاً»، «هل أنا غبي؟»، «لا علم لي بشيء» وهكذا...

إن قانون السبب والمسبب يمسكنا مئة بالمئة بالكلمة. لذلك علينا أن نكون في منتهى الانتباه إلى الكلمات التي نختارها، عندما نطلب شيئاً من الحياة ونضع السبب، «أطلب

النجاح» عندها تبقى طيلة حياتنا ننشد النجاح، ولكن لا نحصل عليه.

الشكل الأوضح هو أن نضع أسباباً واضحة، بحيث نحدد أهدافاً ونضع خططاً. وهذا هو مطلبنا الدقيق والواضح من الحياة.

يطلق على قانون السبب والمسبب في المراجع الروحية اسم «قانون الكارما» (سبق شرحه) الذي يستحق الإشارة إليه هنا، ولكننا سوف لن نستعرضه. وبدلاً من أن نفكر بحياة بعد الموت، علينا أن نفكر كيف يمكن أن تكون هناك حياة قبل الموت.

ينطلق قانون الكارما من البعث ويشير إلى أن حياتنا الحالية نفسها هي نتيجة لحياة سابقة أو أكثر. والأشياء التي لا نجد لها تفسيراً على الإطلاق، يمكن أن تجد تفسيراً لها على الشكل التالي: إن السبب غير موجود في هذه الحياة، بل في الحياة السابقة، فمازلنا نتحمل نتائج تقمصنا السابق.

دور هذا القانون في إدراك النجاح

قانون السبب والمسبب هو قانون النجاح بشكل عام، لأن النجاح هو دائماً، ما يحدث بشكل مقنع وواضح نتيجة تعقب سبب. إن لم تعقب النتيجة السبب لا يمكن أن يسفر عمل عن نجاح. فقانون السبب والمسبب هو الذي يجعل النجاح ممكناً. وحيث لا يعقب شيء مقنع، لا يمكن أن يكون هناك نجاح،

وحيث لا تكون نتيجة، لا يكون النجاح، وحيث لا يكون فشل، لا يمكن أن يكون تعلم من الأخطاء.

إن التفكير الأناني يغالي ثانية بدور الإرادة الخاصة (باعتباره الوضع المتعمد للأسباب) وبدور الأهداف والخطط، وبشكل أدق عندما تكون الأنا هي مركز الإرادة والأهداف والخطط، وتكون الأنا هي نظام الإحداثيات، عندها لا يمكن بلوغ النجاح الدائم والفعال. لأنه حيث تريد الأنا أن تنفذ إرادتها ضد العوائق، وبالضغط والعنف، (بشكل أو بآخر) هنا تُستفز المقاومة، وغالباً ما يصل بالضبط إلى عكس ما كان يريده أصلاً. وعندما يصطدم بـ «أنا» أخرى قوية، يبدأ الحرب والصراع.

عند وضع الأهداف والخطط تقدر الأنا نفسها غالباً بأكثر مما هي عليه، (في قدرتها الكلية وجنون فعل الممكن) ولا تراعي أي شكل آخر من أشكال التأثير، بل تتبع أهدافها وخططها، دون أي اعتبار آخر.

أما الوعي الروحي بالنجاح فلا يضع الأنا مقياساً للإرادة والأهداف والخطط، بل خطة الخلق. هنا لا تتصدر خطة متحجرة ذات صياغة دقيقة، بل الرؤيا. فما يكون خطة بالنسبة للتفكير الأناني بالنجاح، يكون رؤيا بالنسبة للوعي الروحي بالنجاح. فالخطة هي نتيجة تفكير الأنا، بينما الرؤيا، على العكس، تأتي حدسياً.

الرؤيا هي منارة على طريقي، تساعدني في أن لا أضل

الطريق. وعلى هذا الطريق المؤدي إلى الرؤيا يكون الطريق بحد ذاته هاماً. فهو طريق حياتي، «الطريق هو الهدف» كما يقال بالمعنى السليم. وبينما يصبوب التفكير الأناني بالنجاح نحو أهداف، يجد الوعي الروحي به أداء الرسالة بمجرد اتباع النهج الذي يقود إلى الرؤيا.

فالشيء الأساسي هو «البقاء على الطريق المؤدي» لأن كل خطوة هي أصلاً إنجاز، والأهداف القريبة التي أسعى إليها، أتلقاها بشكل شبه يومي بشكل حدسي. ولا يرفض الإدراك الروحي للنجاح أهدافاً وخططاً (إنها أقرب ما تكون إلى الطلبات الدقيقة من الحياة) بل ينظمها تحت اسم رؤيا وطريق.

السبب والمسبب على المستوى الانفعالي

كل مشاعر هو مسبب، وبصفته مسبباً فهو إشارة، وجزء هام من لغة الحياة. ويجب أن لا تكون مشاعرنا لغة أجنبية بالنسبة إلينا، بل لغتنا الأم المألوفة. «ماذا يريد هذا المشاعر أن يقول لي؟ وما هو السبب الذي يثيره هذا المشاعر باعتباره مسبباً؟».

كثير من المشاعر تتولد من خلال الأفكار التي اتخذت شكل الطاقة، وتتحرك عبر أجسادنا.

الغضب: هو واحد من المشاعر المتولدة عن الأفكار، ما الذي يثير غضبي؟

هل هو عجز في هذه الحالة؟ ما الذي يجعلني عاجزاً
هكذا؟ ما الذي ينقصني الآن؟ وما الذي يساعدني الآن؟ هل
خرقت حدوداً؟ لماذا هناك حدود أمامي؟ لماذا تجاوزت هذه
الحدود؟ لماذا أشعر أنني مجروح؟

الذنب: هو أيضاً مشاعر ناتج عن الأفكار، لماذا أشعر
بالذنب؟ أي فكرة ستقنعني أنني مذنب؟ من المستفيد من ذلك
وله مصلحة في أن أشعر بالذنب؟

السرور: هو أيضاً مشاعر ناتج عن الفكر، ما الذي
يجعلني مسروراً؟ هل هم الآخرون؟ أم عملي؟ هل ذلك هو
سرور حقيقي وهادئ ودائم؟ أم هل هو هبة النار التي تندلع في
كومة القش؟ كيف أستطيع أن أحافظ على سروري؟

مع كل مشاعر نخلق أيضاً سبباً، لكن علينا أن لا نرد على
الغضب بغضب. عندما نتلقى طاقة الغضب من شخص آخر
(ونحولها إلى شيء آخر) عندها يمكننا أيضاً أن نحول المشاعر
الراجع ونعالج الحالة. وبإمكاننا دوماً أن نؤلف تفكيرنا وبين
مشاعرنا، لأن مشاعرنا ليست غرائز آلية.

بأية مشاعر أود أن أقابل الناس الآخرين؟ بالعطف؟
بالتفاهم؟ بالانتباه؟ بالثقة؟ بالسرور؟ بالطمأنينة؟ بالجرأة؟ وما
هي الأسباب التي أضعها بذلك؟ ما الذي أحدثه بذلك لدى
إنسان آخر؟ وكيف سيكون رده على ذلك؟ كيف تتبدل الحالة
عندما أبدل مشاعري؟ ما الذي يمكن أن تسببه الابتسامة في

الحالة؟ ما الذي أسببه بردود أفعال غير متوقعة على الإطلاق؟

السبب والمسبب على المستوى العقلي

تعمل أفكارنا بشكل خلاق عندما نوظفها بشكل واع كسبب ونستدعيها كسلسلة: يعقب الأفكار الخلاقة كل من الهدف والخطئة ثم الفعل.

وحالما يتم التوصل إلى نتيجة تتم مقارنتها مع الهدف. هل النتيجة هي بالضبط التي كنت أتوخطاها؟ وعندما لا يكون هناك توافق بين النتيجة والهدف (وغالباً ما يطلق على هذا التناقض اسم خطأ أو فشل) تحدث عملية تعلّم: أقوم بتغيير صيغة: سبب - مسبب، بحيث أتوصل أيضاً إلى النتيجة المتوخاة.

كثير من الناس لا يستمرون بحزم على هذا الطريق حتى النهاية، فهم يستسلمون بعد أول محاولة، بدلاً من إدراك الخطأ، بإصرار وقوة المنطق (وغالباً أيضاً بقوة الحدس) وتحقيق الهدف أيضاً في نهاية المطاف لأن قانون السبب والمسبب بشكل خاص يتيح لنا التعلم من الأخطاء والقيام بتحليلها بوضوح ومنطقية والوصول إلى حل مرضٍ. لولا هذا القانون لما استطعنا أن نحفر إلا في الضباب. ولو كنا لا نعرف هذا القانون ونستخدمه ونحن واعون، لكانت حياتنا بالفعل عبارة عن نزهة في الضباب.

كلما استطعنا أن نتعامل مع قانون السبب والمسبب بمزيد

من المهارة، كلما كان ما سببناه أكثر مباشرة وأقل خطأً. أقوم باستدعاء شيء، فيحضر في الحال، دون جهد بتاتاً. أما المدرسة العليا للتعامل مع قانون السبب والمسبب فهي أن ندع شيئاً يحدث تلقائياً. لا أستدعي شيئاً عن إدراك وقصد، بل يمكنني أن أدعه يحدث، لأنني على انسجام تام مع الخلق.

السبب والمسبب على المستوى الروحي

موضوع كبير حول السبب والمسبب هو موضوع الصدفة. تحدث لنا أغرب «الصدف» وتبدو كأنها، بشكل أو بآخر، قد «جاءت من السماء» وكأن لا علاقة لنا بها مطلقاً، أو بعبارة أخرى، تحدث لنا الصدفة كنتيجة لا نستطيع أن نعرف لها سبباً.

لماذا وقع هذا الكتاب بالضبط في يدي؟

لماذا التقيت الآن بهذا الإنسان؟

لماذا يداهمني هذا المرض الآن؟

لماذا وقع لي هذا الحادث الآن بالذات؟

هل هي الصدفة؟

بما أنه لا نتيجة دون سبب، إذن ليست هناك صدف في نهاية الأمر. كل صدفة تحدث لي لأنني - بشكل أو بآخر - قد استدعيتها. ماذا تريد هذه الصدفة أن تقول لي؟ لماذا وقعت؟ كيف تسببت بها وأحدثتها؟

تمارين على قانون السبب والمسبب

عند إجراء التمارين على قانون السبب والمسبب يتعلق الأمر بالدرجة الأولى بالتخلي الكامل عن عقلية الضحية، وأن يصبح الإنسان سيد نفسه. فقانون السبب والمسبب هو واحد من أعظم الهدايا التي يمكن أن نتقبلها، شاكرين، لأنها تمنحنا جميعاً السيطرة على حياتنا.

تأكيدات على المسؤولية الذاتية

بتولي المسؤولية الكاملة عن حياتنا الخاصة دون أية أعذار، (وهذا ما يكون دائماً مهرباً مني شخصياً) تبدأ مرحلة جديدة. إنها ولادة روحية جديدة من التبعية إلى التقرير الذاتي، إلى الحياة بمعناها الحقيقي.

إننا نقترح عليك مايلي، كتأكيدات على الولادة الجديدة:

- أنا شخصياً مسؤول عن حياتي وأخذ زمامها بيدي دون أية أعذار.
- أعيش مسؤولاً عن نفسي، مدركاً، مقررراً حياتي وحرراً.
- تعطيني مسؤوليتي الذاتية حرية كبيرة وقوة، وأنا شاكر جداً لذلك.
- أنا المسؤول عن سلامة جسدي وتعبير أحاسيسي وتفكيري التأملية والخلق، عن مغزى وقيم ورؤى حياتي.

- أتولى بإدراك وسرور، المسؤولية عن نموي الشخصي وانفتاحي الروحي وسلامتي النفسية.
- أعترف أن كل ما يصيبني هو في صالحني، حتى ولو احتجت إلى وقت طويل لإدراك ذلك.
- أدع الماضي بسلام وغفران، فكل شيء جيد، كما هو.
- عندي الوالدان اللذان كنت أحتاجهما في مسيرة حياتي وأنا شاكر كل الشكر للدروس التي قدماها لي.
- أنمو بحيث أوسع مجال مسؤوليتي باستمرار.
- أنا مسؤول أيضاً عن مساعدة الإنسانية في تجاوز أزماتها الراهنة، وأفعل كل ما بوسعي من أجل ذلك.

إعادة النظر في التعامل مع الغضب

إننا نغضب دائماً وأبداً ثم نقع كلياً في دور الضحية، ضحية ما يغضبنا، لكن ضحية غضبنا الذاتي، ضحية ردود فعلنا التي لا نستطيع التحكم بها، وربما المبالغ فيها. لذلك علينا أن نتعلم إعادة برمجة «حالاتنا الانفعالية» لأن إعادة النظر في التعامل مع الغضب هي طريقة نستطيع بواسطتها التخلص من مشاعر أخرى، لم تعد تناسبنا.

لا يمكننا أن نكافح الغضب (لأنه إلى حد كبير مشاعر طبيعي جداً) لأن كل ما نكافحه لن نتخلص منه ويبقى «قدرنا». والغضب يظهر ببساطة أننا غير منسجمين مع شيء، وهو - كغيره - من إشارات الحياة. ينبغي على الغضب أن لا يُغضب.

نريد أن نتعلم أن مشاعراً نعرف مسببه (الغضب) يجب أن لا يسفر عن تصعيد المشاعر.

يمكن أن نحاول التخفيف من غضبنا، أو لا نغضب أبداً في حالات تدعو للغضب. ويمكن أن نتدرب على عدم الغضب في حالات تستوجب الغضب، والاستجابة لها بهدوء، قبل وقوع الحالة، أما أثناءها فيكون الوقت قد فات.

إذن اسأل نفسك الآن: ما الذي يغضبني دائماً؟ ما هي حالات الغضب التي أريد أن أتجنبها؟ ما هي بالضبط الحالات المسببة للغضب، وما هو رد فعلي الغاضب الذي أتميز له؟ ما هو بالضبط الشيء الذي يثير أعصابي؟ (من الأفضل صياغة هذه الأسئلة) هل ردة فعلي هذه هي الإمكانية الوحيدة ولا شيء غيرها؟ وكيف يتصرف إنسان آخر هادئ أنا معجب به في هذه الحالة؟ ماذا يجب علي أن أفعله ليكون لي رد فعل آخر في هذه الحالة؟

عندما تكون قد وجدت البديل الفكري عن نموذج الغضب العنيد عندك، قم بتمثيل الحالة فكرياً باستمرار، عش الحالة بشكل مختلف، برد فعل مختلف. ضع لتصورك سبباً، من خلال موقفك الجديد، تستطيع به أن يكون رد فعلك هادئاً ومستقلاً. عش هذه الحالة داخلياً بين حين وآخر، إلى أن يصبح رد فعلك على هذه الحالة هادئاً ومستقلاً بالفعل.

تحديد الأهداف

ينبغي أن يكون قد تولّد لديك وضوح عن رؤيا حياتك. ما هي الأهداف والخطط والإجراءات التي تتولد عن ذلك؟ ما هي الأسباب التي تحددها، لتجعل رؤياك تتحول إلى حقيقة؟.

لاحظ أثناء ذلك أنك تحدد أهدافك لجميع مجالات الحياة: صحتك الجسدية، رشاقتك، مهنتك، دخلك، شكل الحياة المشتركة مع أناس آخرين (شريك حياتك، الأسرة) مجال سكنك (البلد، المنطقة، المكان)... إن الكلمة المكتوبة التي تعاد قراءتها بين حين وآخر كهدف، هي التي تحدد الأسباب بشكل أكثر دقة. بذلك يمكنك أيضاً أن تتعلم بسهولة أكثر وتجري التعديلات.

تفسير الصدف

يرجى إعداد قائمة بكل «الغرائب» التي صادفتك في المدة الأخيرة، والتي مازالت في ذاكرتك، كصدف تستحق الوقوف عندها.

والآن قم بتفسير هذه الصدف حسب الأسئلة التالية: كيف سيكون لو أن روحي هي التي ربت هذه الصدف بيد خفية لصالحني في حياتي؟ ماذا تريد بذلك روحي أن تقوله لي؟.

قانون التماثل

يقول قانون التماثل أو التوافق: كما في الأعلى كذلك في الأدنى، وكما في الأدنى يكون في الأعلى. كما في صغير الأمور، كذلك في كبيرها، كما في الداخل كذلك في الخارج.

تسري هذه القوانين على كافة مستويات الكون. لهذا السبب دُعيت القوانين الأساسية بالأساسية، لأن أثرها واحد على جميع مستويات الوجود، كما في كبير الأمور كذلك في صغيرها. كما في الداخل كذلك في الخارج، كما في الأعلى كذلك في الأدنى.

أو لنأخذ عالمنا الداخلي والخارجي، فالدماغ هو أكثر الأعضاء الجسدية التي نعرفها، تعقيداً. إنه «عالم في داخلنا».

نظرياً هناك إمكانيات للربط بين خلايانا العصبية أكثر مما يوجد على هذا الكوكب من ذرات. كما أن تشابك أنظمة الكمبيوتر على مستوى العالم من خلال شبكة الانترنت مايزال، بالنسبة لتشابك خلايا دماغنا، في مرحلة جنينية لا حول لها ولا قوة.

هنا يمكننا الانتقال إلى تشكيل تطابق مثير للغاية: فنحن نعلم أن لتشابك خلايا الدماغ أهمية بالغة في وعينا. ليس عدد خلايا الدماغ هو الذي يحدد نوعية الدماغ، بل تشابكها ونوعية هذا التشابك. وهذا يحدث عند تكوّن الإنسان، وبخاصة في السنوات الأولى من العمر: عند المشية المنتصبّة واكتساب اللغة (أول كلمة «لا» عند الطفل الصغير، ما أروعه من وعي!) تماثل (تشابه، تطابق) يحدث الآن على المستوى العالمي.

يمكننا القول أن الإنسانية تمر الآن في عصر الديب (هل كنت تظن أن العالم قطع أكثر من هذه المرحلة؟). لقد بدأ الآن يتشابك عبر الانترنت ويخلق لغة مشتركة ووعياً مشتركاً، ليصبح مدركاً لذاته، ليقول: لا يمكن الاستمرار هكذا!.

في الحقيقة، يتشابك الناس عن طريق الانترنت، سيتم - إن صح التعبير - تشكيل هيكل جسم صلب Hardware Structure لوعي إنساني جديد كلياً. إنه الوسط Medium.

عند تشكيل الذاكرة يكون من الواضح جداً أنه كما يقوم دماغنا بتخزين المعرفة في الذاكرة، يقوم الانترنت بتخزين المعرفة الإنسانية. كما في دماغنا، كذلك في العالم، كما في الداخل، كذلك في الخارج.

بالإضافة إلى قانون السبب والمسبب، المستقيم، فإن

قانون التماثل هو قانون التشابك، القانون «قانون الشمولية»: الكبير موجود في الصغير، فما أدركه في الصغير يمكن أن أعرفه في الكبير.

إن قانون التماثل أو التوافق يسمح لمعارفنا باستخلاص نتائج (أيضاً كنوع من النجاح) وهكذا يمكننا أن نسمو فوق خبراتنا الحسية المحدودة، نعم، نوظف افتراضاتنا، نبني فرضيات ونتأقلم مع الجديد.

إن مجمل عالم عقلنا الباطني ومشاعرنا هو عالم من التداعيات. فأنا لا أعيش الحالة إلا مرة واحدة فقط. فكل لحظة تمر مرة واحدة فقط لا تتكرر. ولست بحاجة إلى التأقلم كلياً مع كل حالة، بل يمكنني من خلال التداعيات وتركيب الحالات المتشابهة، العودة إلى تجارب سابقة، ويكون رد فعلي وكأنني قد مررت بهذه الحالة كثيراً، وبإمكانني أن أسلك سلوكاً مستقلاً.

كما يجب التنويه إلى مظهر هام من مظاهر هذا القانون: إن ردة الفعل على سلوكي ليس بالضرورة أن تحدث واحداً بواحد، وعلى المستوى نفسه، فهناك، إن صح التعبير، ردود فعل متطابقة. فإذا ما منحت شخصاً ما الكثير، فليس من الضروري أن أتلقي منه. إن إعادة خلق التوازن بين العطاء والأخذ يمكن أن تتم عبر أشخاص آخرين. ففي دائرة أخرى قد أكون ذلك الذي يأخذ أكثر مما يعطي. أو أعطي شخصاً آخر

تغذية Input على المستوى الذهني وأستعيد ما قدمته للآخر على مستوى انفعالي، رغم أن هذا الأمر يتم كما لو أننا نقارن بين «التفاح والإجاص» لكن هكذا يتم التبادل، فأنا أقدم العمل وأتلقى المال.

دور هذا القانون في إدراك النجاح

يبدأ النجاح في الأمور الصغيرة. فمن لا يتعلم في الأمور الصغيرة، من خلال الاستخدام الواعي لقانون السبب والمسبب، كيف يحقق ما يصبو إليه، لن يستطيع تحقيق النجاحات في الأمور الكبيرة. فالحياة الناجحة تتألف من عدد لا حصر له من الأيام الناجحة، علينا أن نراعي كل يوم السير بكل ما بدأناجحاً حتى نهايته. فعندما نرتب الأشياء الصغرى، نكون قد قمنا بترتيب الحياة.

التفكير الأناني بالنجاح لا يرى إلا النجاح الكبير، والنتيجة النهائية. الكبير يحقق النجاح على حساب الصغير، وكسب الكبار يتطلب خسارة الصغار، سلطة واستقلالية الأقلية تقوم على ضعف وتبعية الأكثرية، وانتصار الجماعة يتطلب استسلام الأفراد والتضحية بأنفسهم في الحرب.

أما التفكير الروحي بالنجاح فعلى العكس، فهو لا يفرق بين نجاحي ونجاحك، بين النجاح الذكوري والأنثوي، نجاح

الكبار ونجاح الصغار، نجاح هذا القسم أم نجاح القسم الآخر، بين النجاح على مستوى القيادة أم نجاح العاملين.

لا تستطيع مؤسسة (أسرة، شركة، دولة) ككل، أن تحقق نجاحاً حقيقياً ودائماً إلا عندما يحقق كل مستوى، وكل قسم، وكل فريق، وكل عامل، نجاحه. فنجاح الكل هو نجاح كل جزء لوحده، ونجاح مؤسسة هو كالهرم المبني من مجموعة نجاحات، وهنا يتطلب الأمر وجود قاعدة صلبة وعريضة.

التماثل على المستوى الانفعالي

اللامشاعر هو شبكة من التدايعات والنماذج، والعقل الباطني يعمل بالدرجة الأولى في تماثلات متشابكة (كالشبكة العصبية) وفي عداد هذه التماثلات تدخل الصور والمشاعر والأحلام والتخيلات والخرافات والاستعارات والترانيم والموسيقى.

نسمع موسيقى معينة فيخطر لنا تدفق ماء نهر معين مثلاً. ننظر إلى لوحة فنية ذات بقع لونية عديدة، فننتعرف بها فجأة على روعة ألوان مرج من النباتات، ونرى فجأة أيضاً الطبيعة بعيون أخرى. نقرأ حكاية خرافية فيأتينا فجأة جواب على سؤال مهم في الحياة. نحلم حلماً مشيراً فنذكر فجأة مغزاه. كل ذلك عبارة عن تماثلات متشابكة. لذلك فإن أفضل تأثير على العقل

الباطني هو استخدام لغته، لغة التماثل والنماذج والصور (سوف نعود إلى ذلك عند معالجة قانون التصور).

التماثل على المستوى العقلي

إن تكوين التماثل هو طريقة هامة (وعلمية أيضاً) لاكتساب المعارف. فمن خلال التماثل أضع فرضية وأختبرها. ولنوضح ذلك في مثال مثير للغاية:

لقد عرفنا أنفسنا بأننا كائن مدرك. إذن نعرف العقل الباطني على مستوى الكينونة الإنسانية. لكن لتساءل عن كيفية تركيب هذا العقل الباطني. أين يمكن أن نحدد موقعه بالضبط؟ «في الدماغ»! إنه بالتأكيد ليس الجواب الخطأ، لكنه ليس كافياً.

يمكن أن يكون للاعتقاد بهذا الأسلوب الحصري نتائج خطيرة، ففي هذه الحالة يكون كل ما ليس له دماغ، لا يملك ذرة من الوعي. لكن الدماغ ليس كتلة متحدة، بل هو مركب، فعندنا على سبيل المثال «دماغ الزواحف» فهل يحدث هنا أيضاً إدراك؟ إن كان الجواب نعم، فإن للزواحف أيضاً نوعاً متخلفاً من الوعي. لنمض في التفكير، إذا كان لدى الدماغ إدراك، فلم لا يكون للقلب أيضاً إدراك؟

وإذا ما مضينا في التفكير الحازم بهذه المسائل، فلا تبقى أية فرصة لتحديد مكان وعينا بدقة، فكل شيء تابع له، حتى نَفْسنا/ هالتنا، حقل الطاقة الذي يحيط بنا.

أصبحنا نعرف أن بإمكان المرء أن يستنسخ عضوية تامة من خلية واحدة (وهذا أيضاً مثال يدعو للتفكير العميق بقانون التماثل). إذا ما كنت قادراً على استنساخ إنسان كامل من خلية قلبية (مجرد نظرياً)، فسيكون لهذه الخلية القلبية إدراك. عند ذلك (ولا يشذ ذلك عن قانون التماثل) يكون لأصغر الوحدات أيضاً إدراك.

لننظر إلى ذلك من الناحية الأخرى، إن دماغنا هو بخلاياه الدماغية وتشابكاته بالتأكيد من أعقد الأعضاء الجسدية في تركيبه. طبعاً يمكننا الانطلاق من أن كل واحدة من خلايانا الجسدية التي يصل عددها إلى 80 بليون خلية، هي جزء من إدراكنا الذاتي. وبعبارة أخرى نقول أن وعينا الذاتي هو مجمل العديد من المدارك الخلوية.

إن ذلك بالتأكيد مايزال أقرب إلى فرضية علمية منه إلى البرهان، لكنه مجرد مثال على إمكانية اكتساب معارف مثيرة جديدة عن طريق تكوين التماثل.

هذا من جانب، فقانون التماثل نبّه إلى الاستنتاج بأن الأنظمة الجزئية لكل لها إدراك. ولكن من جهة أخرى هل كل إنسان بذاته هو نظام جزئي من الكل الأعلى؟ لنتبع قانون التماثل من خلال مثال الوعي في الاتجاه الآخر.

إن الوعي لا يتوقف عند حدود الأنا، لنأخذ أول الأمر شخصين متحابين قلبياً. فعند مثل هذين الزوجين لا يقوم مجرد ارتباط بين وعي هذين الشخصين، بل ينطلق وعي جديد كلياً، وعي جمعي، أي وعي الـ«نحن».

لدى هذين الزوجين وعي جديد خاص، هو أكثر من مجموع الوعي الموجود عند العنصرين المكونين له، لأن له هوية خاصة. يفكر هذان الاثنان ويشعران كوحدة. حتى أن الشيء المشترك يبدو وكأنه مستوطن على مستوى ما وراء المشاعر بشكل خاص. فالعلاقات التخاطبية بين الأزواج نراها عادية. كل منهما يعرف عن الآخر ما دهاه، وكأنه قادر على قراءة الأفكار.

وإذا ما كان بإمكاننا أن نتحدث عن «وعي زوجي» (وعي مشترك بين اثنين) يلح علينا السؤال: «أين هو العضو الذي يشكل ملاذ هذا الوعي الزوجي؟»

هناك الكثير مما يدخل في عداد ذلك، ربما مسكن مشترك مع تجهيزاته وأثاثه، ذكريات لإجازات مشتركة، معاشات أخرى حميمة. كل ذلك هو جزء من وعي واحد. ولكن أين العضو، الدماغ - الزوجي (المشترك بين اثنين) إن صح التعبير؟ الجواب المحترس هو: إنه حقل معلومات طاقوي ذوذبذبات قوية، إنه النفس/الهالة الثنائية.

وإذا ما استطعنا أن نحدد موقع الوعي ليس فقط في دماغ إنسان فرد، عندها يتوجب علينا أن نستمر. فالأسرة أيضاً يمكن أن يكون لها وعي، كذلك الشركة والشعب والإنسانية.

هناك نظرية في غاية الامتاع، وهي السؤال: هل من الممكن أن يكون لكوكب الأرض باعتباره الأم/ الأرض نوع من الإدراك؟ وهل يمكن أن نكون نحن البشر، كما يقال، خلايا دماغ هذا الكوكب؟ هل يتم الآن تشابك هذه الخلايا الدماغية عن طريق الانترنت؟ كلها أسئلة في غاية الإثارة، تبين أن التطور لن يصل قريباً إلى النهاية، بل هو في «منتصف الشوط» ونحن الآن في القفزة التطورية التالية:

من الإدراك الذاتي للإنسان عبر الإدراك الذاتي للإنسانية حتى الإدراك الذاتي للكوكب! لكن كل ذلك مايزال مجرد فرضيات، تعيدنا إلى قانون التماثل، كما في صغير الأمور، كذلك في كبيرها.

التماثل على المستوى الروحي

يحذرننا قانون التماثل على المستوى الروحي بقوله:

إذا كنت تريد معالجة العالم، فعالج نفسك

إذا كنت تريد معرفة العالم، فاعرف نفسك

إذا كنت تريد محبة الآخرين، فأحب نفسك.

ربما أدركنا مدى عمق قانون التماثل في هذا المقطع من الكتاب المقدس:

«إن أقل شيء فعلته بإخوتي قد فعلته بي أيضاً»

تمارين على قانون التماثل

حالما نشغل أنفسنا بقانون التماثل وندرك مدى سحره، تفتح أعيننا أكثر فأكثر على الصور المتنوعة التي تخاطبنا بها الحياة. علينا أن نتعلم كيف نفسر هذه الرموز، أي أن نفهم لغة الحياة.

لغة الجسد

من المهم جداً أن نفهم لغة الجسد، لأنه تقمّص (تجسيد) لقانون التماثل والتطابق. وقبل كل شيء فإن للأمراض معنى، باعتبارها إشارة للجسد يجب تفسيرها. على كل إنسان أن يتعلم تفسير وفهم هذا المجال من لغة الحياة، وينبغي علينا بالطبع أن نحسن فهم ما يقوله لنا جسدنا.

قم بإعداد قائمة بجميع «الإشارات» الجسدية التي تدركها. إنها ليست مجرد أمراض بالمفهوم الكلاسيكي، بل هي إشارات أقل دراماتيكية. عند ذلك ابحث لك عن كتاب يفسر معاني الأمراض (انظر قائمة المراجع). إنه في أهميته يعادل الصيدلية المنزلية التي يجب أن لا يخلو منها بيت.

ابحث فيه عما تعنيه عبارة «وزن زائد» أو «رشح ربيعي» أو «تغرق القدمين» أو «التهاب مفاصل» أو «اضطراب في دقات القلب» أو «قصر نظر» وغيرها مما تضمه القائمة التي قمت بإعدادها، ثم قم بإعداد «تشخيص». ربما لن تفهم كل شيء فوراً لكن مع الوقت ستُدْهش، بما يريد جسدك أن يقوله لك.

لغة عقلك الباطني

إن عقلك الباطني هو بحر من الصور والتداعيات والتماثلات. وهنا أيضاً يجب أن تتعلم فك الرموز وكشف الأسرار.

- هل عندك حكاية مفضلة كانت تسحرك عندما كنت طفلاً؟ اقرأها مرة أخرى! هل تجد فيها معنى جديداً لهذا الوقت، أو رسالة؟
- هل هناك قطعة موسيقية كلاسيكية تهز مشاعرك بشكل خاص؟ استمع إليها مرة أخرى! ما هو المشاعر الذي يربط بينك وبينها؟
- هل عندك لوحة فنية مفضلة؟ أمعن فيها النظر ثانية! ماذا تحرك فيك؟
- هل عندك قصيدة معينة تطرب لها دائماً؟ وما هي الرسالة التي تحملها؟
- تعلم أيضاً تفسير أحلامك. وهناك العديد من الكتب التي تقدم لك مساعدة قيمة في هذا المجال.

إدخال النظام إلى الحياة

رتب حياتك خارجياً كما هي داخلياً. حاول أن تخلق الكمال في أصغر مجال من مجالات الحياة. تحرر مما تجاوزه الزمن، ومن مخلفات الماضي، من الأثقال والكوابح. دع كل شيء لم يعد يشكل بالفعل جزءاً من حياتك. اجعل من حياتك ومجالك الحيوي قطعة فنية، مصدراً للشفاء، معبداً، كما يحق لمبدع خلاق. اجعل حياتك بشكل يعكس كمال الكون، كما في الأمور الكبيرة كذلك في الصغيرة.



قانون التصور

يقول قانون التصور: من خلال التصور تخلق الفكرة لنفسها في البداية صورة. وكل تصور واضح ينشد التحقق، ويكون لنفسه ظهوراً/ تجلياً.

الفكرة الخلاقة تتحقق عبر التكوين. والتطور هو عملية تكوين للروح فريدة من نوعها. وعلى الفكرة التي تنهل من القدرة التي لا شكل لها، أن تتخذ أول الأمر شكلاً. وعندما تتخذ الفكرة شكلاً، تصبح تكويناً أو معلومة، وكل معلومة هي تكوين طاقوي عبارة عن تشكيل. والطاقة النقية للفكرة تتكثف وتصبح صلبة (تجلياً) كطاقة في صورة، كشكل، كمعلومة، ككيان.

التصور، كأداة للخلق، هو تكوين. فنحن نتحدث عن تكون الكون، وتكون الذرات وتكون العناصر وتكون الجزيئات وتكون المجرة، وتكون نظام شمسي، تكون الجو وتكون العضويات الحية... ثم نتحدث أيضاً عن تكون مجتمع ودولة وأسرة وثروة...

دور هذا القانون في قوانين النجاح

إن إنساناً ناجحاً أو شركة ناجحة، تكون له/ لها تصور. و(تكوين الصورة) (يالها من عبارة!) هو عامل هام للنجاح. وتعبّر الجملة التالية عن مدى أهمية الصورة الجيدة في السوق: «تموت الصورة أولاً ثم الشركة» أو أن شخصاً فقد اعتباره (وهو شيء مرئي أيضاً).

عامل آخر أيضاً هو الرؤيا، فشركة (أو أسرة) دون رؤيا تشبه شركة (أو أسرة) دون روح. ومن الرؤيا (وهي النظرة المشككة ذاتياً إلى المستقبل) تنبثق النية: ما أقوم به بشكل ناجح، أضعه نصب عيني في نتيجته. أراه كرؤيا كبيرة للحياة بكاملها، أو كهدف صغير لهذا اليوم. ومن أجل التمكن من تكوين رؤيا، ومن ثم جعلها صورة مرئية نحو الخارج، نحتاج إلى قوة التخيل، التفكير (بطريقة الصور) التصويري والقدرة على التخيل.

مظهر من مظاهر أزمة الإدراك في العصر الحاضر هو نقص الخيال عند الناس! فنحن غارقون بالانفعالات البصرية عن طريق التلفزيون والكمبيوتر، بحيث أصبنا بتخمة حقيقية في هذا المجال.

لم نعد نطلق العنان لخيالنا، بل نتلقى الصور، وكأن الأمر عبارة عن حياة سبق أن استعملت Second hand. لقد أتخمننا بالقصص الخيالية حتى ضمرت قدراتنا وعجزت عن تشكيل

حياة واقعية بخيالنا الذاتي وقوة تخيلنا وقدرتنا على التخیل.
إن صيحة الحرب في هذه الحقبة يمكن أن تكون: أطفئوا
أجهزة التلفزيون وأطلقوا العنان للخيال.

يخدع التفكير الأناني بالنجاح نفسه ويبني على خداع
الآخرين، يخدع نفسه لأنه يعتقد أن بإمكانه أن يشتري لنفسه
صورة، أو حتى رؤيا تجارية (مثلاً عن طريق وكالة دعاية). يبدو
أن بإمكان المال والبريق أن يحلا محل الذهب الداخلي.

إن ذلك ليس إلا خداعاً للنفس. فالتفكير الأناني بالنجاح
يرى أن الشكل الخارجي هو العنصر الحاسم. فالناس لا تغرهم
إلا المظاهر، الكتالوج اللامع، السيارة الجديدة أمام البيت،
الملابس المعروضة للفرجة، وغيرها من وسائل الخداع.

والإعلان يعتبر الآن في عداد أكبر مناورات الخداع، إنها
مشكال (رسم أو مشهد متغير الألوان) صور متعددة الألوان،
يرينا كيف يجب أن تبدو حياتنا المعروضة للبيع. والصناعة تفعل
وكانها قادرة على بيع الأحلام. تشجع الناس على شراء منتجاتها
بكل الوهم، حتى تتحقق أحلامهم. «نحن لا نبيع منتجات، بل
أحلاماً» هذا هو شعار صناعة الإعلان. إننا غارقون في عالم
الصور من التلفزيون والإعلان والانترنت، ومتعطشون إلى
تشكيل حياتنا الخاصة بشكل مفعم بالخيال.

أما الإدراك الروحي للنجاح فإنه يركز على الإشعاع

الداخلي، على الرؤيا القادمة من الداخل، على الأحلام الخاصة، على التشكيل الداخلي، على إخراج الأحلام إلى الواقع، وعلى التعبير عن حياتنا كالإنسان الذي هو نحن بالفعل.

نحن لم نعد ندع تصورات الآخرين تتحكم بنا، بل تصوراتنا، ولا تسيرنا مسألة أن يستطيع الآخرون تحقيق أحلامهم، بل أن نحقق نحن أحلامنا. كما ننتبه إلى مسألة خلق تصورات مشتركة مع آخرين وتحقيق أحلام مشتركة.

التصور على المستوى الانفعالي

إن الصورة هي، وكما عرضناها سابقاً في قانون التماثل، لغة العقل الباطني. نحن نعيش ما هو مخزن كصور في العقل الباطني.

وهذه عملية تفاعلية من التخيل والتكوين، فكل ما يؤثر على عقلنا الباطني هو تخيل بكل معنى الكلمة ويتحول إلى صورة داخلية. وإذا ما عبرنا عن ذلك بشكل أوضح قلنا أنه تكوين خارجي لصورنا الداخلية.

أول ما نلتقط صورة للعالم الخارجي بواسطة آلة التصوير الداخلية لدينا، نصور العالم الذي يحيط بنا كصورة طبق الأصل على شريحة إيجابية (سلايت) ثم ننظر إلى العالم من خلال نظرتنا إلى هذه الشريحة، فالعالم المحيط بنا هو الستارة التي نقوم بإسقاط صورنا الداخلية عليها.

علينا أن نتعلم مرة أخرى التفكير بواسطة الصور، والرموز والتفسيرات (لإدراك المعنى) والسحر والطقوس، وكيف نعبر عن صورنا الداخلية ونفسرها، لنطلق العنان مرة أخرى لخيالنا! ولنشجعه على حياة رائعة!

التصور على المستوى العقلي

إننا نؤثر على عقلنا الباطني من خلال قدرتنا على التخيل. ولتغيير صورنا الداخلية بشكل إيجابي، علينا أن نتخيل أفكارنا ونتصورها، وأن نحولها على شكل صورة وقبل كل شيء نشغلها - وبقوة - بأحاسيس إيجابية.

هل تحمل في ذاتك صورة فاشل، أو فاشلة؟ ما الذي تحرم نفسك منه؟ أفصح! عما لا تريد أن تتخلى عنه بعد الآن؟ ما الذي لن تحرم نفسك منه مستقبلاً؟ هل تستطيع أن تضع السؤال في صورة أو لوحة وتعلقها على الجدار؟

استدع كل ما حُرمت منه حتى الآن، أولاً كصورة مشحونة بالطاقة، إلى حياتك! سد ثقب أشواقك بصورة وكأنك قد حققت كل شيء، فما استطعت أن تبتكره خيالياً كصورة، سيظهر في حياتك، بعد فترة قد تطول أو تقصر، هذا هو قانون التصور.

نؤثر أيضاً على مستقبلنا من خلال قدرتنا على التخيل. إن هدفاً يستطيع المرء أن يتخيله، ولكن لا يستطيع رؤيته، أي أن

يتخيله على شكل صورة، ليس بذي قوة جذب مغناطيسية. والشيء الأساسي للوصول إلى هدف هو وضع صورة الهدف الذي تحقق، نصب الأعين مسبقاً: كيف سيبدو الأمر عندما أكون قد حققت ما أصبو إليه؟ وقبل كل شيء، ما هو مشاعري أثناء ذلك؟

التصور على المستوى الروحي

عندما نستثمر هذه الوسيلة القوية للتصور، فمن المهم بشكل خاص أن نكون على انسجام مع مستوانا الروحي. فالتصور الذي تحمله المستويات: الانفعالي والعقلي والروحي، هو قوة بإمكانها أن تأتي بالمعجزات. والخلق يتم دائماً ضمن هذا الانسجام. فكم من مرة وقف أناس في قمة سلم الارتقاء والكل يحسدهم، حيث بدت سعادتهم وكأنها كاملة. أما هم شخصياً فلم يدركوا، إلا وهم في قمة السلم، أنهم أصلاً مروا بالحياة فقط، ولم يسندوا سلم الصعود على الجدار المناسب. إنهم فوق في القمة، لكن ليس على الجدار الصحيح. كم كلف ذلك من جهد حتى استطاعوا أخيراً أن يدركوا مقولة: رغم أنني أملك كل شيء يمكنني شراؤه، إلا أنها ليست حياتي.

الحدس فقط هو الذي يساعدنا على تجنب هذا «التطور الخاطئ». كان علينا منذ البداية، أن لا نصعد هذا السلم، قبل أن نتأكد أنه يستند على الجدار الصحيح.

بقدرتنا على التصور، أي لجعل قدرتنا مرئية (المستوى الذهني) يمكننا في كل وقت أن نضع أنفسنا في هذا الموقف، أن نجرب المستقبل الممكن لمعرفة فيما إذا كان يناسبنا بالفعل. إن التجريب هنا يشبه ارتداء ملابس متنوعة، فربما أعجبنا قطعة الملابس هذه وهي معلقة على الحامل أكثر مما لو كنا نرتديها فعلاً.

تساعدنا قدرتنا التخيلية على تجربة سيناريوهات متنوعة للمستقبل، للنفوذ إليها، لنقرر في آخر الأمر، أية واحدة من هذه الرؤى تناسبنا بالفعل، وتنسجم مع رؤيتنا للحياة. إن حدسنا هو الذي يعطينا المشاعر بأن: هذا هو الذي يناسبنا!

قد لا توجد هدية في الحياة أجمل من أن يكون لديك صورة واضحة عن مستقبلك. يهتدي بها عقلك الباطن ووعيك وماوراء مشاعرك. عندها تنتهي المشاحنات وتعيش حياتك بحيوية.

تمارين على قانون التصور

تعلّمن عند معالجة قانون التماثل أن نفهم ونفسّر لغة الحياة في رمزيّتها وصورها وكناياتها. وفي قانون التصور يتعلق الأمر باستثمار قوة المخيلة والقدرة على التصور، لنضيفي على حياتنا انطباعاً من خلال صور مؤثرة صنعناها بأنفسنا.

تقوية قدرة المخيلة

كثير من الناس لديهم قوة مخيلة ضعيفة، فعندما يغمضون أعينهم يسود الظلام. وآخرون يمكنهم أن يشاهدوا أفلاماً هوليوودية كاملة أمام عينهم الروحية، وزيادة قوة المخيلة تساعد على النظر داخلياً.

● راقب شيئاً بعناية وحنان. أدركه في جماله الكامل، ثم أغمض عينيك واحتفظ بهذه الصورة. طبعاً لن تراها مضيئة كما لو كانت عيناك مفتوحتين. لكن مع ذلك يمكن إدراك المعالم. احتفظ بهذه المعالم، وعندما تغيب الصورة افتح عينيك ثانية وقم بتقوية الصورة، ثم اغمضهما مرة أخرى، وعندما تحتفظ بالصورة، أدخل عليها مزيداً من اللون. اجعلها أكثر جمالاً بالألوان، وبعد ذلك أدخل عليها مزيداً من قوة الإضاءة، استبدل الأشياء أيضاً.

● عندما تزيد قوة تخيلك شيئاً، حذّ. دع حقل رؤياك ينطبع في نفسك. انظر الآن، وأنت واع، ماذا تدرك في كامل مجال رؤياك، ثم أغمض عينيك وحاول الاحتفاظ بهذه الصورة. افتح عينيك حتى تستدعي التفاصيل إلى ذاكرتك. كرر هذا التمرين حتى تدرك أنك حققت تقدماً ملحوظاً.

● الآن يمكنك أن تمرّن قوة مخيلتك على مشهد، ليس أمام ناظريك بصورة مباشرة. تذكر أجمل لحظات حياتك، وأعد

- إحياءها ثانية أمام عينك الروحية. أعمل بها كافة أحاسيسك: انظر واسمع وشم والمس وذق.
- قم الآن بتدريب مخيلتك على مشهد من الحياة اليومية، استرجع مكتبك، وآخر مسكن أقمت فيه، والحديقة والناس الذين تحبهم إلى ذاكرتك.

تقوية القدرة على التخيل

بينما يقوم الخيال بإعادة إنتاج صورة خارجية، بتحويلها إلى داخلية، يقوم التصور بعمل مبدع وخلاق. فالأمر يتعلق الآن بإمكانية تصور شيء جديد لم يسبق لك أن عايشته.

- تصور كيف تعيد ترتيب الأثاث في غرفتك. ربما قمت روحياً بإقصاء بعضها ووضع أشياء أخرى جديدة. ألا تحتاج إلى ورق جدران آخر مناسب؟ وبالنسبة لأرض الغرفة؟ ألا تتطلب سجادة جديدة؟

- يمكنك أيضاً أن تغير من صورتك الذاتية. كيف تريد أن تكون؟ ما هي الصورة التي تريد أن تظهر بها نحو الخارج؟ تصور أن يجدهك الناس جميعاً لطيفاً، عطوفاً، قيماً، أصيلاً، جديراً بالثقة. هل يمكن أن يتطلب الأمر أن تكون غنياً؟ ناجحاً بكل معنى الكلمة؟ تصاعد في هذه الصورة الذاتية الجديدة كلياً وتلبسها! ولا تختم هذا التمرين إلا بعد أن تكون قد عشقت بالفعل هذه الصورة الذاتية. «هكذا أعجب

نفسي» وهكذا أكون شريكاً مثالياً للآخرين، وهكذا «أود لو أتزوج من نفسي».

• تصور أسرتك المثالية، فإذا كنت قد أصبحت شريكاً مثالياً، فكيف سيكون شريك حياتك وأطفالك مثاليين؟ ما هي الأحلام التي تتمناها كأسرة؟ وكيف سيبدو الأمر عندما تكون قد حققت هذا الحلم العائلي؟

• تصور البيت الذي تحلم به، أين تفضل أن تسكن؟ في أية منطقة؟ في بيت له حديقة؟ له إطلالة جميلة؟ مما هو مبني؟ ما مساحته؟ قم بجولة في هذا البيت. تمتع ببيتك كموقع للقوة والشفاء. من يشاطرك السكن في هذا البيت؟

• تصور يومك المثالي. كيف تحقق المهنة التي تحلم بها؟ ما هو عملك الذي يجب أن تتقاضى لقاءه مبلغاً خيالياً؟ كيف تتحد مهنتك مع يومك المثالي؟

يجب أن تكون هذه التمارين على قدرة التخيل دائماً ذات طابع فكه. انهل ببساطة من الإمكانيات المتوفرة لديك. تصور أنك تقوم بجولة عبر «متجر إمكانياتك»، تفرج على كل ما يعجبك، فلن يكلفك ذلك شيئاً.

جرب المستقبل

عندما تستطيع أن تنهل من احتياطي كبير من امكانيات

مستقبلية، يمكن لحدسك أن يهب لمساعدتك، لتجعل من «عذاب الاختيار» يقيناً داخلياً عما سيكون عليه مستقبلك وعما يناسبك بالفعل. إن حدسك يعرف ذلك.

خذ ساعتين من الوقت على الأقل لهذا التمرين، استعرض كل هذه الصور التي استطعت أن تتخيلها في التمرين السابق وبكل هدوء. إن عقلك سيعلق على الكثير وينتقد ويخالجه الشك، سيفكر أنه تمرين، ولكن لا علاقة له به.

قد تمضي ساعة إلى أن يهدأ تماماً ويستقر شيئاً فشيئاً. عندها ينتابك الشعور أن حدسك يقف الآن إلى جانبك كمستشار.

جرب الآن مستقبلك في كل المجالات والتنوعات: صورتك الذاتية في كمالها، أسرتك، البيت الذي تحلم به، يومك المثالي. جرب كل هذه التنوعات. وإن حدث أن شيئاً لا يناسب أحد هذه المجالات، فدع حدسك يعطيك بديلاً عنه، لتجربه.

وإذا ما وجد شيئاً مناسباً، فهو مناسب بكل بساطة، ولا داعي للسؤال عن السبب. إن يقينك الداخلي يقول لك: هذا هو، توقف وقو هذه الصورة. قم باستدعائها دائماً وأبداً إلى ذاكرتك.

إنك تعرف الآن إلى أين تمضي حياتك، وصار بإمكانك أن ترى حياتك انطلاقاً من هدفك. فكل شيء يسير انطلاقاً من

هذه الرؤيا. «أخيراً فإن المرء أكثر ذكاء». إنك أخيراً عند رؤياك، وبالتالي أكثر ذكاء وفطنة، ويمكن لحياتك الآن أن تسلك هذا السبيل، دون أن تضل، فلك التهاني القلبية.



قانون اليقين

يقول قانون اليقين: كل شيء يتم حسب يقينك، كل الأشياء ممكنة لمن يؤمن بها. وفي يقيننا الثابت الذي لا يتزعزع نكون على توافق مع خطة الخلق.

إن اليقين هو القوة الثالثة من قوى الخلق. بالأفكار ننهل من القوة وهذه هي الخطوة الأولى. وبالتصور نعطي الفكرة شكلاً، تكويناً، تركيباً، صورة، كياناً. ولكن الخلق لا يتجلى إلا في الخطوة الثالثة: إنه اليقين والثابت بما أتسبب به عن طريق الأفكار والتصور.

عكس اليقين هو الشك. كيف ينبغي عليّ أن أظهر شيئاً إن لم أكن واثقاً من نفسي، أي عندما أشكك بنفسي؟ إن الشك هو دائماً رسالة منفصلة الشخصية إلى الحياة (ويمكن أن تنتهي إلى اليأس). فمن جهة أريد، ومن جهة أخرى لست أعلم بعد جيداً، كيف يمكن أن يكون رد فعل الحياة على ذلك؟ وكيف يمكن أن يكون رد فعلها إلا بالتحفظ؟ «كن أولاً واضحاً مع نفسك ثم تقدم بطلب جديد».

إن موطن الشك هو العقل، وللعقل دائماً شيء يقدمه،

يعلن عن الشكوك، ويطالب بالمزيد من الأفكار ويحذر من التهور. هذا هو عمله، ولكن لا بد وأن يتراجع يوماً لتصبح الكلمة لليقين.

دائماً ما نضع المعرفة مقابل اليقين. «هل تعلم ذلك أو توقن به فقط؟» يبدو أن ما نعلمه فقط هو الذي يتمتع بالمشروعية، وكل ما عداه هو إنتاج المخيلة، أو مجرد ظن ليس إلا. أما اليقين فيمكن للمرء، في أحسن الحالات، أن يرى فيه خطوة أولية نحو المعرفة (أي: الشك بدء اليقين - المعرّب). لكننا نبالغ بدور العلم لدرجة كبيرة، فإذا ما كان العلم وحده هو مقياس السلوك، علينا أن نستسلم بسرعة كبيرة في حياتنا اليومية.

هل تعلم كيف تعمل السيارة التي تركبها كل يوم؟ أم هل تثق ببساطة بمجرد قدرتها على أداء عملها؟ وهذا ما ينسحب على أجهزة أخرى، التلفزيون والكمبيوتر والغسالة. ماذا تعرف عن هذه الأشياء؟ هل تعلم إذا كان ما تتناوله يومياً من طعام صحياً أم لا؟ أم أنك تثق بالجهة التي تورده؟ هل تعرف أحدث المعارف في «علم التربية»؟ وهل تربّي أطفالك حسب هذه المعارف، أم هل تثق ببساطة بحبك كمقياس للتعامل مع أطفالك؟ هل تعلم كيف يعمل دماغك لإدراك الجمل والمعاني من الأحرف المطبوعة، أم أنك تقرأ فقط هكذا بكل بساطة؟ لا يمكن أن يتم هذا الأمر عندما يتوجب عليك أولاً أن تدرس الفيزيولوجيا العصبية لإدراك اللغة قبل أن تقرأ كتاباً.

لست بحاجة هنا إلى إيراد المزيد من الأمثلة لنذكر أن سلوكنا اليومي يعتمد على اليقين والثقة والظن، (بناء الفرضيات) وليس على المعرفة، وهذا ما يتم بالطبع!

شهيرة هي عبارة سقراط الحكيم المتواضعة: «أعلم أنني لا أعلم شيئاً»، فالمعرفة جيدة وهامة في حياتنا، (والعلم كنظام للمعرفة) لكنه أقل بكثير من أن يكون قمة جبل جليدي يعتمد فيه سلوكنا بالفعل على العلم. ليست لنا أية فرضية أخرى أبداً إلا العودة في حياتنا اليومية إلى اليقين والثقة.

وإن لم يكن العقل هو موطن اليقين (المستوى العقلي) فأين يستوطن إذن؟ إننا نقرن بسرعة فائقة اليقين (بالاعتقاد الديني)، بالإيمان بالإله. إن الاعتقاد الديني يستوطن، بكل وضوح، المستوى الروحي.

ولكن كيف يكون الأمر «بالاعتقاد الذاتي» (الثقة بالنفس) والاعتقاد بالآخرين (الثقة، سلامة النية) أو الاعتقاد ببلوغ الأهداف؟ هل هناك أشكال متنوعة للاعتقاد؟

إن الاعتقاد هو شكل سام من المعرفة، إنه اليقين. بالاعتقاد يكون لدينا يقين داخلي ثابت بصحة ما نفعله، حتى ولو كنا عاجزين عن إثباته عقلياً، فالعقل مطلوب منه فوق طاقته.

من أين يأتي هذا اليقين الداخلي؟ ما الذي يجعلنا هكذا واثقين؟ وما هو مبرر هذه الثقة التي لا تتزعزع؟ لا يمكن أن

يكون ذلك إلا من خلال ارتباطنا بالمستوى الروحي، بما وراء
الشعور، بالمعرفة اللامحدودة.

وحالما يتم التوافق من خلال هذا الارتباط بين سلوكنا
وبين خطة الخلق. يصبح هذا اليقين الداخلي ثابتاً لا يتزعزع في
كل شيء: تجاه ذاتي وتجاه أعمالي، وتجاه الناس الذين أعيش
بينهم، وتجاه الإلهي. بهذه الرابطة الروحية يكون الاعتقاد ثابتاً
لا يتجزأ.

دور هذا القانون في إدراك النجاح

الاعتقاد أو اليقين هو، بالنسبة للنجاح، مسألة لا غنى
عنها. كيف يمكن لا مريء أن يحقق نجاحاً إن لم يكن عنده ثقة
بالنفس، ولا يعتقد ببلوغ أهدافه؟ ليس هناك أي انسجام بين
النجاح والشك. إن الفشل هو دائماً دليل على نقص اليقين،
نقص الثقة بالنفس، وسيطرة الشك.

أما التفكير الأناني بالنجاح فقد أدرك قوة اليقين منذ
القديم. لأنه يبدو انه السلاح العجيب للوصول إلى كل شيء.
وقد سبق أن تحدثنا عن القدرة الكلية وغير المحدودة للتفكير
الأناني بالنجاح. فمن يستطيع أن يزيع الجبال باليقين، يمكنه
أيضاً أن يجمع الملايين، ويكون ثروة طائلة باليقين الثابت. لا
أحتاج إلا إلى اليقين وكل شيء بالنسبة لي ممكن. لست بحاجة
إلا إلى الاعتقاد أنني سأنتصر على جميع أعدائي، عندها يكون
النصر مضموناً. ما أروعه من دين أناني!

يأتي هذا الاعتقاد الأناني من العقل وليس له جذور. إنه يحمل في نفسه دائماً بذور الشك وخداع النفس. والضمير - كحقيقة داخلية - يدلي بصوته بلا انقطاع: «إن ما لا تريده، وما يفعله بك الآخرون، لا يصيب أي شخص آخر».

يقول التفكير الأناني بالنجاح: أثق بنفسي فقط وليس بأحد آخر سواي. وهذا يعني: أنا أرتاب بكل الآخرين، إنهم خصومي وأعدائي المحتملين. إما أن أحتال عليهم أو يحتالوا عليّ. إما أن تكون مطرقة أو سنداناً. فالشخص الذي يكون سليم النية وموثوقاً، يُعتبر بالنسبة للتفكير الأناني بالنجاح عبارة عن مغفل، عن صيد، وواحد في عداد طائفة الأغبياء.

ينهل الإدراك الروحي للنجاح قوة اليقين من الارتباط مع المستوى الروحي، الذي هو ما وراء الشعور. واليقين هو تحقيق الانسجام مع ما وراء الشعور، اليقين هو الاعتقاد بضرورة القيام بما يجب القيام به، وذلك من أجل استمرار الخلق.

ففي اليقين الروحي لا يوجد شك غامض ولا صراعات ضمير واخلزة. فرباطة الجأش تكمن في اعتماد اليقين على المستوى الروحي وليس على المستوى العقلي. والنجاح القائم على هذه الأسباب يكون ثابتاً وشافياً وعاماً و«إلهياً».

اليقين على المستوى الانفعالي

يتجلى اليقين على المستوى الانفعالي في ثقة بالنفس أساسية وقوية، ولكن كيف تنشأ هذه الثقة؟

قد نطرح على أهلينا بعض الأسئلة فيأتي الجواب دائماً: لا تطرح مثل هذه الأسئلة الغبية، إنك لا تستوعب ذلك بعد، إن من يستطيع طرح سؤال يكون ناضجاً لتلقي الجواب. ألم يكونوا يهزؤون بنا غالباً بأجوبتهم الساخرة وغير الجدية!؟.

لدينا الكثير من الثقة الأساسية، والثقة بالنفس أيضاً إن أدرك أهلنا طفولتنا الطبيعية ورعوها، ليس من الضروري أن يكون ذلك قد حدث عن وعي، فالحب اللامشروط في التعامل بين الوالدين والأطفال يرسخ هذه الثقة الأساسية بالنفس.

اليقين على المستوى العقلي

إن أزمة عصرنا هي أزمة إدراك. ويمكن أن نفهم ذلك أيضاً أنه «أزمة يقين». فعلاقتنا مع المستوى الروحي، مع مركز ذاتنا الحقيقية قد انقطعت (مثلاً من خلال التربية، ومن خلال ثقافتنا التي تفتقر إلى الروحانية). فنحن نشعر بالخواء الداخلي، وهذا بلا شك مرض يمكن أن يؤدي إلى انفصام الشخصية، واليأس والانتحار.

فحيث يكون الفراغ تكون هناك فجوة يجب ملؤها، وحيث لا يكون اليقين متجذراً في الروحانية، لا يحتاج إلى

بديل يقدمه المستوى العقلي وهو: نظم الاعتقاد التي تقدم نفسها كبديل عن اليقين الحقيقي.

في كل هذه الحالات يُعرض على الناس، الذين يريدون الاعتقاد بجدوى الحياة، نظام للتفكير، عليهم أن يؤمنوا به، لتحل أزمة الإدراك. يتوجه هذا النوع من الاعتقاد البديل إلى العقل.

اليقين على المستوى الروحي

يختلف الإيمان الديني عن الإيمان الروحي من خلال التجربة. فالإيمان الروحي هو تجربة ما وراء الشعور وتعبير عن تجربة روحية سامية، أو حتى يمكن أن نطلق عليها اسم الكشف.

ولا يتطلب الاعتقاد الروحي الانتماء إلى مجموعة دينية، ولا إلى طائفة منغلقة. فلكلا النظامين (الديانات التقليدية والطوائف المنغلقة على نفسها) وسائلهما في ربط أعضائهما بهما، ليس من خلال الإيمان، بل من خلال التبعية.

أظهرت الأبحاث أن العدد الأكبر من الناس، من خارج الديانات التقليدية، ينضمون إلى تجمعات شبه دينية أكثر من المجموعات الدينية.

إن فقدان الروحانية في الديانات يشكل الجزء الأكبر من أزمة الإدراك، لأن الديانات، كراعية تقليدية للروحانيات، لم

تعد الآن تجد طريقاً إلى روح الإنسان، نتيجة جمودها العقائدي.

ونظرة ذكية على وجود المستوى الروحاني والاعتراف العقلي بالقوانين الروحية (الروحانية) لا يكفيان. ربما يمكننا أن نشاهد القمة التي تبدو قريبة المنال، ولكننا لا نتعرف على القمة إلا عندما نبلغها، والحدس هو القناة المؤدية إلى المستوى الروحاني. وكلما كانت هذه القناة أكثر انفتاحاً، كانت تجارب الاعتقاد أكثر عمقاً.

عندما يتحول اليقين إلى تجربة يصبح ثابتاً، وعند ذلك يصبح القوة الثالثة في عملية الخلق.

تمارين على قانون اليقين

الاعتقاد بالحدس

إن الطريقة الأسهل لتدريب الحدس هي الاعتقاد به ووضع الومضات الحدسية موضع التنفيذ دون أي تردد.

ليس هناك من تمرين للحدس أبسط من ذلك. وفي حالة وجود الإعداد الجيد من خلال التمارين الأخرى لا تحتاج أبداً إلى تدريب حدسك.

ابدأ في نهاية أسبوع واستمر بذلك في أيام العطل، في الوقت الذي لا تكون فيه تحت ضغوطات، وتتوفر لديك فيه إمكانية ترتيب مسيرة يومك بشكل حر. ثم قم بعفوية بما يخطر

ببالك دون تردد وبلا أية شروط. إن خواطرك ستبقى دائماً ضمن إطار إمكانياتك، ضمن إطار ما يمكن تطبيقه بالفعل. لن يخطر ببالك أي شيء مستحيل لأن الحدس ليس توهمًا.

والأهم في التمرين هو أن لا تتاح لعقلك فرصة مناجاتك والإعلان عن الارتباك وتقديم الاقتراحات. فالعقل يحتاج إلى إجازة مستحقة من سيطرته وجهوده النزيهة على مدى سنوات طويلة.

والصيغة المختصرة لهذا التمرين هي:

باعث حدسي على السلوك ← السلوك

هكذا تستعيد عفويتك الأساسية. فالحياة الحدسية هي حياة عفوية جداً (يجب عدم الخلط بينها وبين المزاجية والانفعالية) تفعل فيها - مع مرور الوقت - كل شيء على مايرام.



قانون الحب

قانون الحب هو التالي: الحب هو القانون الأساسي. كل شيء حب. إن الخلق هو إظهار للمحبة. المحبة هي القوة الأولى التي تحرك كل شيء. المحبة هي الجواب على كل سؤال. المحبة هي الحل لكل مشكلة. المحبة هي إكسير الحياة. تدرك المحبة الإله في كل الناس وفي مجمل الخلق.

أخيراً نقول: لقد جئنا إلى هذا العالم لتتعلم المحبة، هذه هي مهمتنا الروحية، هذا هو التحدي، هذا هو الجوهر. عندما نستطيع أن نحب بحق، نكون قد بلغنا الكمال.

تبدأ المحبة بالذات: احترام الذات، توجيه الاهتمام نحو الذات، أن يكون المرء صديقاً لذاته، أن يشعر بأنه جدير بالحب. فالمحبة الموجهة نحو الذات هي الطريق إلى الروح. فمن لا يحب نفسه يكون قد سد طريقه إلى روحه. إن روحنا تحبنا على أية حال كما نحن، دون لغو، ودون شروط.

ولا يمكننا أن نحب شخصاً آخر إلا بمقدار ما نحب أنفسنا. فأنا نفسي الاختبار والفحص والتحدي لقدرتي على المحبة. فبدون ذلك لا أستطيع أن أدرك الآخر في تفرد الجدير بالحب، عند ذلك لا يعد إدراكي له مشوهاً، بل صافياً.

وحالما يتوفر لنا منفذ إلى قدرتنا الداخلية الكامنة، نرى أيضاً كامل القدرة في من نحب من الناس الآخرين. عندها ندرك فيه، ونحب، ليس فقط ما هو فيه، بل أيضاً ما يمكن أن يكون عليه.

هذا هو الأكثر إثارة في كل أنواع المحبة. أول الأمر (في دراسة لا شعورية) لا نرى الآخر إلا مجرد مساحة إسقاط لحاجتنا النفسية. ثم (في دراسة شعورية) يمكننا أن نرى الآخر، كما هو، ونتقبله بلا شروط. هنا تتغير طبيعة التبعية وتتحول المحبة إلى مشروع مشترك.

على المستوى الروحي ندرك في الآخر ليس مجرد ما هو عليه، بل أيضاً ما ينطوي عليه. «فعندما تتخذ المحبة بُعداً روحياً، يمكن لكلا الشريكين إدراك أنهما يمتلكان قدرة حقيقية، ويمكن لكل منهما معرفة شريكه خارج حدود شخصيته». (مارغو أناند).

نحن نحب بعضنا لأننا عرفنا بعضاً. فحبنا يتيح لنا حرية إطلاق قدرتنا. حبنا هو أعظم قوة للنضوج الروحي عندك وعندي. فنحن الآن رفقاء درب. في مثل هذا الحب الروحي تنمو المحبة لتتجاوز كل الحدود، فالمحبة تشمل كل شيء. إن كل ما نخلقه بالقوانين الروحية بنجاح، وبطريقة حدسية، هو من صنع المحبة.

دور هذا القانون في إدراك النجاح

النجاح والحب؟ أليسا أقرب إلى التناقض؟ إننا لا نعني الآن تحقيق النجاح في الحب بين الرجل والمرأة. ولا يتعلق الأمر بالطموح إلى النجاح لتكون محبوباً من الآخرين (أحبك لأنك ناجح جداً)، بل أن أكثر ما يعيننا هو النجاح التجاري. فالعلاقات التجارية، كما هو معروف، ليست علاقات عابرة، ففي التجارة يجب على المرء أن يفرض نفسه (دون أي اعتبار). فمحبة وتفهم الآخر هي نقاط ضعف وخسارة. لكن كيف يمكن للنجاح أن يكون ذا أثر فعال وكسباً للجميع، وشفاء لكل، إن لم يكن محمولاً على دافع المحبة؟ أنا أطمح إلى نوعية النجاح التي أفضلها لأحمل للعالم مزيداً من الحب. فهل هذا قليل؟.

لقد سبق للتفكير الأناني بالنجاح أن اكتشف المحبة كعنصر للنجاح بعبارة (الإدارة عن طريق الحب) كما قال غيرد غيركن Gerd Gerken «فالبيع كالحب» أو Love selling كما قال هانس أوفه ل. كوهلر Hans Uwe L. Kohler والحب هو، بمعنى ما، حيلة للبيع، لأن البيع الأسمى، أو التسويق الأفضل، يحتل مكان الصدارة في هذا التفكير. إن ذلك لا يعني : أنقذوا الأرض، لذلك فالحب هو المسيطر، بل كيف يمكننا أن نكون الأفضل تجاه المنافس. هل ربما بقليل من الحب؟.

بالنسبة للتفكير الروحاني بالنجاح فالحب هو الدافع الأساسي، وهو القوة المحركة، التي تحمل مزيداً من الحب إلى العالم، وتجعل العالم أكثر إشعاعاً وحناناً. إن هدف الحب، كمشروع نجاح، هو دائماً خدمة المجموع، وشفاء الكل، والاقتراب من الرؤيا القائلة «نحن كلنا واحد».

الحب على المستوى الانفعالي

إن الحب هو بالتأكيد شعور أصيل شبه غريزي. فالأم تعرف هذا الشعور كغريزة أساسية، إذ بإمكانها البقاء أسابيع طويلة دون نوم حقيقي لتعتني برضيعها ليلاً. بالنسبة للأب الشاب يمكن أن يعني هذا الحب أن يقدم للأسرة الشابة الأمان والمجال الحيوي والحماية. بالنسبة له أيضاً تعتبر هذه المسألة شبه غريزية. فهو قادر على «العمل بورديتين» ولأيام عديدة، ليكسب ما يكفي من المال للأسرة الشابة. هذا هو الحب الصافي، سواء من جانبها أو من جانبه. هكذا يتم بناء الأسرة. فالأسرة تتكون من طاقة الحب.

إن كل ما يحدث بحب وحماس وشغف وإنكار الذات (الأفضل أن نقول إنكار الأنا) يخلق الجديد، ويبني تراكيب جديدة، وهو القوة الدائمة للخلق.

الدوافع الأساسية الستة للسلوك، والصادرة عن المستوى الانفعالي، هي نابعة من الحب: الأنس كمحبة لمن نعيش بين ظهرانيهم، الرعاية كمحبة للأسرة (الأمر الذي يمكن أن يتسع

ليشمل الإنسانية كلها)، حب الاستطلاع كمحبة لزيادة المعرفة، الإبداع كمحبة للخلق الجديد، القدرة على ترتيب الأفكار كمحبة للتراكيب القادرة على أداء مهامها، إثبات الذات كمحبة الذات. والحب يغذي هذه الدوافع الأساسية لفعلنا. وكلما كنا في الحب على جميع المستويات، كان سلوكنا أكثر وضوحاً وصفاء، وقبل كل شيء، إنسانياً.

الحب على المستوى العقلي

الحب هو الجواب على كافة الأسئلة. المحبة تحل كل مشكلة. أي حل أجده عندما أنظر إلى المسألة من وجهة نظر الحب؟ كيف سيشعر قديس في هذه الحالة وكيف سيفكر؟ كيف يمكنني أن أتخلى عن منظوري الأناني وأفكر من وجهة نظر الآخر؟

لندع الحب يجد طريقه إلى تفكيرنا، يحررنا من التفكير السلبي ومن إصدار الأحكام المسبقة التي تخلق من المحبة، والايديوجيات التي لا أحد يسأل عنها، والعقائد المتحجرة. فالحب ينقي أيضاً التفكير، ويساعدنا على التفكير السليم والحقيقي.

إن العقل النقي، ينقي أيضاً الأنا التي تتحول إلى أنا بذاتي والتي يمكنها أن تثبت ذاتها، دون أن يكون ذلك أنانية. إن «الأنا بذاتي» لا تعود تسيء فهم ذاتها كمركز (وهذه على الأرجح هي الروح) بل تدرك عملها «كوزير خارجية» قوي تجاه العالم.

الحب على المستوى الروحي

هنا تكون المحبة مستوطنة أصلاً، لأن المستوى الروحي هو مستوى الروح. والمحبة على المستوى الروحي هي قوة العلاج، قوة التكامل، قوة السلام الداخلي والخارجي.

العلاج يعني أن تصبح سليماً، كاملاً، ولا يمكن أن يبدأ إلا عند كل امرئ بنفسه. إن أسمى أشكال السلامة هو التوافق والتعايش بين الجسد والعقل والروح، الجسد هو الجانب الحيواني فينا، والعقل هو الجانب الإنساني، والروح هي الجانب الإلهي.

هناك مرض بالغ الأثر و«ثلاثي الفروع»: الفراغ الروحي، الضلال العقلي، والوهن الجسدي، لذلك فإن الصحة الحقيقية والنمو السليم هو خلق ثلاثية جديدة وتحالف، «تطابق» بين الروح والجسد والعقل تقوده الروح. فالطريق هو أن نسلم قيادتنا للروح لتقودنا حدسياً.

الحياة تحت قيادة الجسد تكون غريزية، قليلة الإدراك، طاغوية السلوك، وتحت قيادة العقل تكون مدركة، لكن شكاكة (الشك هو وظيفة مشتقة من الانفصال التحليلي، حيث هناك دائماً حالتان للعقل) تقف دائماً على مفترق طرق، غير واثقة من السلوك، ولا تتخذ قراراً. والحياة تحت قيادة الروح هي حنونة ونامية، ذات إدراك فعال وسلوك يتميز بالحب الجارف.

إن الروح هي نمو. مطلبها وشوقها هو المعرفة العميقة بالجسد. إنها إدراك وتحب إدراك العقل. إن الروح هي الشافية، وطريققتها هي الحب. الروح هي الصحة، هي الحيوية، هي المعرفة الكلية، هي القيمة، هي الجوهر، هي الرؤيا. وكلما سُمح للروح «أن تتولى القيادة» حدث الشفاء، فالروح تشفي الجسد من الظواهر المرضية، وتشفي العقل من الشعور غير الصادقة، والأحكام المسبقة والتفكير السلبي.

لكن الروح ليست متمردة، تتولى القيادة بواسطة هجوم مفاجئ. الروح لها صبر لا حدود له، وهي تعلم أن وقتها سيحين، فلا تتولى القيادة إلا عندما يُطلب منها ذلك. والعقل، الذي أدرك أخيراً محدوديته، سيرجو من الروح أن تتولى القيادة. إن دافعاً عفويّاً وحدسياً لسلوك الروح سيتحول بكل ثقة، ودون أي تردد، إلى عمل. أما العقل فقد اكتسب الثقة بفقدان ذاته، إنه الاستسلام للرغبة.

إن قوة العقل هذه لا يمكن أن تنطلق إلا في حب الذات. فالعقل يدرك أنه كبت الروح منذ أمد طويل، فشعر بوحز الضمير لبقاء الروح في صندوق مقفل. لقد عشق الروح التي استجابت بكل حنو، وبدأ الشفاء الذاتي.

تمارين على قانون الحب

حب الذات

قم بإعداد قائمة بالمواصفات التي تعجبك في نفسك: في

جسدك، في مهنتك، في مجال شعورك، في تعاملك مع الآخرين (خاصة أسرتك).

ضع التاريخ على هذه القائمة من أجل المقارنة في نموك. لأن تخفيض هذه القائمة إلى الصفر هو «هدف العلاج الذي هو الحب».

انتقاد موجه لآخرين

من هو الإنسان الذي أكثر ما يثير أعصابك؟ قم بإعداد قائمة بالأشياء التي لا تستطيع أن تتحملها وسجلها في القسم الأيمن وكيف تقيم نفسك بعكسه في الوسط. وفي القسم الأيسر أكتب الرغبة التي يمكن أن تكون كامنة خلف ذلك :

من يثير أعصابي ولماذا؟	أنا	رغبتي الكامنة؟
نفاقه المريع	أنا أميل إلى الإهمال	مزيداً من النظام؟
تطفلها الثقيل	أنا أميل إلى الانعزالية	مزيداً من الانسجام الاجتماعي؟
ادعائه بالمعرفة	لا أحسن تقديم نفسي	مزيداً من الوضوح في الموقف؟
ثرثرتها التي لا كبح لها	أنا قليل الكلام بالفعل	مزيداً من التواصل؟

يمكن لهذا التمرين أن يساعدك في معرفة أن ليس الآخر هو الذي يثير أعصابك، بل مساحة إسقاط مكوّنة من مشاكلك. هنا يمكن أن تنمو، فتلك هدية بالفعل.

تأكيدات على المحبة (الكثير من هذه التأكيدات مأخوذ من كتاب «تأمل للجسم والروح» تأليف Louise L.Hay - انظر المراجع)

- الحياة تحبني.
- يوفر لي الحب إمكانية الرؤية الدائمة بوضوح.
- التواصل هو أغنية الحب.
- كما أنا الآن في هذه اللحظة، أكون رائعاً.
- أحب جسدي وأحب جنسي.
- يفرحني الحب الذي أتناقسه مع الآخرين.
- أنا نجم مضيء من نجوم الحب.
- الحب هو كل ما أنا بحاجة إليه لأحقق النظام في عالمي.
- أحب هذا الكوكب وكل الكائنات التي يحويها.
- يقوم إيماني على الحب.
- أحب نفسي وأقبلها تماماً كما أنا.
- أحلامي سعيدة ومفعمة بالحب.
- الحب أقوى من كل الاختلافات التي تفرق.
- هدفي أن أحب اليوم أكثر من الأمس.
- أحب المقربين مني كما أحب نفسي.
- كلما أعطيت المزيد من الحب، زاد الحب الذي يأتيني.
- هدفي أن أتعلم الحب دون شروط.
- أترك في حياتي مجالاً كبيراً للحب.
- يغير الحب من تفكيري.

- نشاطي المهني أن أقوم بالأشياء التي أحبها.
- أحب عملي، وأحب المال الذي أتقاضاه لقاء هذا العمل.
- المال يحبني، ويلازمني كحيوان أليف متعلق بي.
- أرى كل شيء في ضوء الحب.
- مهما حصل لي أظل أحب نفسي، ولذلك يبقى كل شيء على ما يرام.
- أو من بقوة الحب.
- يتيح لي حبي لنفسي وللآخرين أن أكون كل ما بوسعي أن أكونه.

تأمل في الحب

لقد سبق أن قمت بتسجيل تجريبي لصوتك. وبعد أن «عاشت» هذا الكتاب يجب أن يكون قد تغير صوتك بشكل يمكن إدراكه سمعاً.

وكتدريب للصوت يمكنك أن تحكي التأمل التالي على شريط تسجيل إلى أن تحب صوتك ويصبح بإمكانك أن تستمع إلى هذا التأمل دائماً:

- أستريح بشكل كامل وأغمض عيني.
- أتخلّى عن كل مشاكل الحياة اليومية وأتنفس بهدوء وروية، شهيقاً وزفيراً.
- أشعر أنني مع كل عملية تنفس أصبح أكثر هدوءاً، ويسترخي الجسد من قمة الرأس حتى أخمص القدم.

- أدع كل شيء وأتنفس بهدوء وانتظام شهيقاً وزفيراً.
- أتمتع بالهدوء اللذيذ والطمأنينة، وأدع نفسي تغرق في حالة من الاسترخاء الرائع والمريح والتأملي.... عميقاً.... أكثر. فأكثر، لأصبح أنا نفسي الهدوء.
- أحب كل الكائنات في هذا العالم وهي تحبني.
- أشعر بالاستقرار والسكينة في مجال القوة المتآلف هذا.

(استراحة للهدوء)

- أنا مفعم بهذا الحب السرمدي.
- أشعر كيف يقودني الحب نحو النجاح.
- أشكر الله على إدراك الحب الحقيقي في حياتي.
- أنا منقاد الآن ومحمي في قوة الحب. أصبح الحب الكلي رفيق حياتي.

(استراحة للهدوء 30 ثانية)

- أصبحت هذه الكلمات الشافية الآن جزءاً حيويًا في حياتي وأنا أشكر الله على حياة كاملة.
- أستريح بشكر عميق وسلام. وتغمرني السعادة بحياتي القادمة التي انطلقت الآن في داخلي.
- أتنفس الآن بعمق مرة أخرى شهيقاً وزفيراً وأعدّ في ذهني ببطء من الواحد حتى الستة. عند الرقم ستة أفتح عيني وأشعر بأنني ولدت من جديد.
- واحد: أتنفس طاقة شافية وسروراً بالحياة، شهيقاً وزفيراً.

اثنان: أتمتع بهذه الطاقة الرائعة.

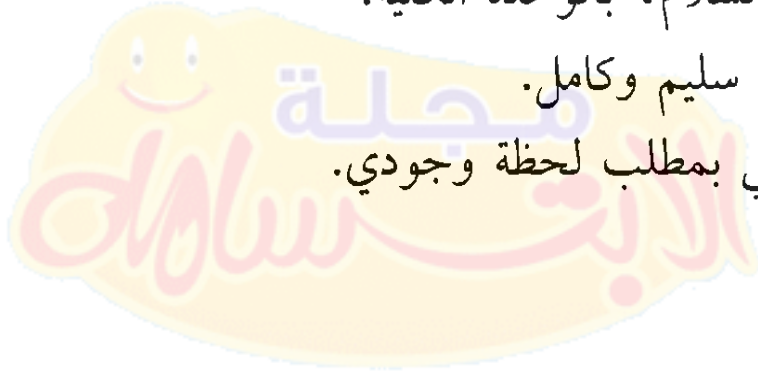
ثلاثة: يشعر جسدي بأنه أصبح، سليماً وكاملاً.

أربعة: وعيي مفعم بالانسجام والسلام.

خمسة: شعور منعش بالشكر العميق يملأ وجودي.

سته: أعيش وأعمل بقوة الحب.

- أفتح عيني وأشعر بأنني وُلدت من جديد. حب الكون وطاقته أصبحا الآن يلازمان حياتي.
- أشعر بالسلام، بالوحدة الكلية.
- أنا الآن سليم وكامل.
- إنني أفي بمطلب لحظة وجودي.



خلاصة

ندعي في البداية أننا «كلما ازداد انفتاحنا الذهني على القوانين الروحية واسترشدنا بها، كنا أكثر انفتاحاً على الحدس». فبالقوانين الروحية نمرّن «جهاز إدراكنا الغيبي» (ما فوق الطبيعي)، أي: (الحاسة السادسة بالإضافة إلى الحواس الخمس المعروفة) على وضع الاستقبال. فكلما كان تفكيرنا منقاداً بواسطة القوانين الروحية بشكل أكثر وضوحاً، كنا متأهين للحدس.

إن الاسترشاد بقوانين النجاح هو إذن في غاية الأهمية لجعل قوة الحدس تأخذ مفعولها.

لكن العقبة الكبرى التي تعترض طريقنا في استغلال القوة الحدسية هي الأنا، فعندما لا يسير أمر ما كما يجب، فإن مرد ذلك هو الرغبة بوضع قوة الحدس في خدمة الأنا. وبشكل أدق يمكن أن تكون الصيغة على الشكل التالي: الأنا مقابل الحدس. فالحدس لا يمكن أبداً أن يصبح أداة للتفكير الأناني بالنجاح. بل بالعكس: بالاستخدام المتنامي للحدس نحوّل تفكيرنا «الأناني» إلى وعي روحي بالنجاح.

دعونا نحلل ذلك، لأن الأمر يتعلق بموضوع مركزي جداً من مواضيع الأزمة العالمية الحالية.

التمركز حول الذات ككايح للتطور

ما هي الأنانية بشكل عام، أو التمرکز حول الأنأ؟ فالكلمة بحد ذاتها تفصح عن معناها. ترى الأنأ نفسها في المركز. إنها - بشكل أكثر تطرفاً - مركز العالم، مركز الكون.

إن حالة العقل (الباطني) لدى الطفل حديث الولادة والرضيع هي حالة تمرکز حول الذات وندرجسية فقط. فهو يرى العالم كله، بمعنى ما، عبارة عن «امتداد لذاته». ومع الولادة يبدأ تراجع التمرکز الذاتي.

يقول هوارد غاردنر Howard Gardner (مؤلف كتاب الذكاء الانفعالي) بهذا الخصوص: يمكن النظر إلى مجمل مسار التطور الإنساني على أنه عبارة عن نقص مستمر للتمرکز حول الذات(*)...

تبقى أنانيتنا حالة سليمة وضرورة حياتية حتى سن البلوغ، من أجل بناء أنا قوية. لكن بعد ذلك يبدأ زمن الاندماج في المجتمع، من خلال مهنة، وبناء عائلة مستقلة للحصول على

(*) مقتبس عن كين فيلبر Ken Wilber: موجز تاريخ الكون (قائمة المراجع) ص237.

مركز اجتماعي. فالأسرة أو الشركة، أو المجتمع ككل أسمى، يجب أن تكون هي/ هو المركز.

ولهذا التمرکز الاجتماعي غالباً طابع ازدواجي، تمرکزي حول المجموعة العرقية، الاندماج الصوفي بدءاً من: ناد لمشجعي كرة القدم، مروراً بالطوائف المنغلقة «للمختارين» حتى العرق السيد الذي نادى به الاشتراكيون القوميون (النازيون - المعرّب)، والآخرين هم الأشرار. إنها مسألة طبيعة هذه المجموعة، فيما إذا كانت الأنا ستحوّل أو ستستسلم.

تكون مثل هذه الصيغ للتمرکز العرقي حول الذات مريضة، عندما يكون على الناس أن يحلّوا ذاتهم (الأنا) نهائياً في هذه المجموعات. وتطالب التي تطالبهم بتبعية لها طابع العشيرة والتفرد والتضحية.

لكن المجتمعات التي تحقق تكامل الأنا السليمة لأعضائها، هي كيانات عليا فعالة، تتيح للفرد إمكانية التطور، متجاوزاً حدود الأنا الخاصة به (*).

كما أن النمو الناضج يتجاوز أيضاً هذا التمرکز الاجتماعي الإثني. فالتمرکز الاجتماعي ينحل ويتحول إلى تمرکز إنساني،

(*) للتفريق بين المذاهب والمجموعات المتحولة التي عادة ما يميز بينها التفوق والروحانية ننصح بكتاب Meister. Gurus, Menschen fanger انظر قائمة المراجع.

حيث تقف الإنسانية ككل، في المركز، أي الاتحاد مع النوع في مجمله.

لهذا فإن مزيداً من إلغاء المركزية واستبدالها بالمركزية الكونية عبارة عن خطوة صغيرة، وهي: الاتحاد مع كل ما هو حي فوق هذا الكوكب، الاتحاد مع الأرض نفسها، فالإنسانية تصحو الآن بمجملها على هذا المنظور العالمي والمركزية العالمية، وهذا ما يجعل عصرنا الحاضر مثيراً بهذا الشكل.

لقد عرف عالم الفيزياء الشهير فريد هويل Fred Hoyle مسبقاً وتنبأ عام 1948 بقوله: «لو توفرت لنا صورة للأرض ملتقطة من الفضاء الكوني... فلسوف تؤدي إلى واحدة من أكبر عمليات إعادة التفكير في التاريخ^(*)». ولكن ذلك ليس نهاية المطاف في العملية المتنامية باستمرار لإلغاء المركزية. فالقفزة الكبرى التالية هي حل كل مركزية مع إدراك: أن الكل هو واحد، فلا مركز بعد الآن.

بعد أن تتبعنا باختصار وعلى وجه الإجمال هذه الانطلاقة السليمة للإنسان، الذي يتخلص من المركزية، بدءاً من التمرکز الأول حول الذات عند الرضيع، حتى حل كل مركزية، فمن المنطقي أن نطرح السؤال التالي: متى تكون الأنانية مرضاً؟

(*) اقتباس عن بيتر روسل : «الأرض المستيقظة» (انظر قائمة المراجع) ص17.

ومتى يكون التمرکز حول الذات دليلاً على السلوك المرضي والضار؟.

الجواب: عندما نبقي ثابتين عند هذه المرحلة السليمة من الأنانية - بدلاً من أن نتطور - وعندما يصاب تطورنا بالركود، وكل شيء بأحسن الأحوال يدور في حلقة. «فالتوقف هو تراجع» كما يقال: الأنانية والنرجسية تصبحان مجرد قضية سن بلوغ.

حتى عندما تبدأ الإنسانية بالصحو فإن ذلك لا ينطبق إلا على نسبة مئوية قليلة، لأن ثقافتنا المادية والبطيركية ما تزال كما كانت بدائية باعتبارها أولاً وآخرًا نظاماً اقتصادياً أقامته الأنانية، وباعتباره أسلوب حياة مادياً.

«أنا أولاً ثم الآخرون» هكذا يقال في «إنجيل الأنانيين» الذي يحدد هذه النظرة المركزية «ففي التسابق الحر ليس هناك اعتبار اجتماعي. فكل فرد هو الأقرب إلى نفسه، كما هو قانون تنازع البقاء في الطبيعة(*)» أو: «في هذه اللعبة يكون الجميع خصومك، لأن كلاً منهم يفكر أولاً بمصلحته».

وضعت هذه الفلسفة الفردية، المتمركزة حول الذات، الإنسانية خلال المئة سنة الماضي على حافة الهاوية. وهي ليست أبداً «مبدأً طبيعياً» وإلا لما كانت الطبيعة قد تطورت بهذه

(*) اقتباس عن ج. كيرشنر «إنجيل الأنانيين» (انظر قائمة المراجع) ص 94.

الروعة عبر مليارات السنين، بل لكانت قد اختفت منذ زمن طويل عن كوكب الأرض في صراع الكل ضد الكل. لكنها لم تفعل. وهذا يعني، علاوة على ذلك، أنها تملك من الذكاء أكثر مما يملكه كل أنبياء وكهنة الأنانية.

لسنا بحاجة إلا أن ننظر إلى جسدنا فقط، ولنتصور، لمدة دقيقة واحدة، أن الثمانين بليون خلية التي يتكون منها جسمنا تتصرف حسب قانون الأنانيين هذا، كل خلية تكون ضد الأخرى وخصمها وعدوها، لكنا قد وُلدنا ميتين.

إن ما يمثل الأنانية في جسدنا هي فقط الخلايا السرطانية، أي الخلايا المريضة التي لا تخضع للمجموع، بل تقيم حياتها تحت شعار: أنا أولاً ثم الآخرون.

فالأنانية في مرحلة ما بعد سن النضج هي مرض كالسرطان. قد يحدث أن يبقى الورم السرطاني لفترة من الزمن في حالة جيدة، يعيش في بحبوحة من خلال الانتشار في الجسم بشكل إمبريالي. لكن أخيراً يدمر السرطان مضيفه وبالتالي نفسه، وهذا هو الغباء. وهكذا تتصرف الإنسانية حيال الطبيعة والأرض.

«إن الصراع الأول في العالم هو صراع التطور ضد التمرکز حول الذات» (كما قال كين ويلبر في كتابه «موجز تاريخ الكون» ص236).

وإذا ما أردنا - كإنسانية - أن نستمر في البقاء فوق هذا

الكوكب فإن المهمة الأهم هي أن يتحرر كل فرد منا، وكذلك معاً كإنسانية، من التمرکز حول الذات. والقوة الوحيدة التي تجعل هذا التحرر من قيود الأنا ممكناً، هي الحدس.

الحدس كقوة للتطور

الحدس هو إمكانيتنا الوحيدة للبقاء على قيد الحياة، فإذا ما قام المرء بتحليل الأزمة العالمية الراهنة بالعقل، (أي على المستوى العقلي) فإن كل السيناريوهات الممكنة تؤدي إلى هدف تطور واحد، وهو: التدمير الذاتي للإنسانية (تبقى الأرض والطبيعة بالتأكيد على قيد الحياة).

في ألمانيا حذر هويمار فون ديتفورت Hoimar Von Ditfurth من ذلك، وكان قد فقد الأمل. كما أصبح المفكر الطبيعي المعروف بأمور «ثورة الوعي» على الأرض، بيتر روسل Peter Russell أيضاً فيما بعد متشائماً.

حتى ولو قُيِّضَ لجماعة من ذوي النفوذ، كُشف عن بصرها بأعجوبة فجأة، وأُتيحت لها فرصة الإمساك بدفة الحكم، فإن الوقت يكاد يكون قد نفذ. قد يستغرق دوران ناقلة نفط عملاقة مبحرة بمقدار 180 درجة بعض الوقت، لأن عملاقاً من هذا النوع لا يستطيع الدوران بسرعة سيارة سباق في الفورمولا 1. ولو عدنا الآن إلى رشدنا وأمسكنا بالدفة، فإن الوقت لا يكفي.

ربما تحتاج الأرض إلى مائة عام حتى تستطيع إعادة إصلاح ما أفسده الإنسان (ثقب الأوزون، قطع الغابات، تسميم التربة والماء...). لم تبق لبيتر روسل سوى عبارات : «إننا نخشى نهاية عالمنا، نهاية حضارتنا. ولكن من المحتمل أن يكون ذلك أمراً لا مفر منه. فما من حضارة من حضارات الماضي إلا وكانت لها نهاية. فلماذا تشكل حضارتنا حالة استثنائية؟

يقول لنا الأطباء والمعلمون الروحانيون أن الاستسلام أو حتى القبول الاختياري للحكم علينا بالموت يدخل في عداد الأسلم والأكثر تحملاً مما يمكن أن نفعله. ربما كان علينا أن نفعل الشيء نفسه بشكل جماعي، ألا وهو أن نستسلم أو حتى أن نقبل مختارين، نهاية العالم^(*).

إن العقل يصاب بالقنوط. والوضع بالنسبة له محال، لا أمل منه، ليس هناك إنقاذ. ولكن وجهة النظر الروحانية لها حقيقتها : «إن العالم لن يذهب للشيطان، بل للرحمن».

هناك حكمة روحانية ممتعة يمكن أن تتدخل هنا، تقول : لا تواجهنا الحياة دائماً إلا بالمشاكل (كمهام تعليمية) التي يمكننا السيطرة عليها بقوتنا الذاتية.

(*) ستانسلاف غروف، أرفون لاسلو، بيتر روسل : ثورة الوعي ص 35 وما بعدها (انظر قائمة المراجع).

وهذا يعني بالنسبة للإنسانية: إن الخلق يواجه الإنسانية بمشكلة يمكنها أن تحلها أيضاً بتجاوز التمرکز حول الذات. والأمر الذي أصبح في كفة المیزان هو انطلاق الأسرة الإنسانية الواعية. فنحن نعيش الآن هذه القفزة الكمية للتطور.

إن حل هذه المعضلة غير ممكن الآن إلا روحانياً: فمستقبل الإنسانية إما أن يكون روحانياً أو لن يكون. بعبارة أخرى: إما أن ننصاع لخطة الخلق، أو نستمر في سلوكنا كالأطفال المعاندين الذين لا يريدون إلا تحقيق ما يريدون، (العناد). وينهون الموضوع الذي اثرناه على الأرض من خلال عقل مشتب وتمرکز لا مبالٍ حول الذات.

إن الخضوع لخطة الخلق (الفكرة الأساسية لهذا الكتاب) يعني الانفتاح على الحدس والاستسلام له وتسليمه القيادة، والنتيجة هي نوع جديد من القيادة، لأن من يستسلم لمشیئة هذه القيادة فقط يمكنه أيضاً أن يقود برؤيا، أي ليس أكثر من الدخول في خدمة خطة الخلق. عندها نكون قد بلغنا (بقوة الحدس) قوة الخلق العظمی. لم نعد نعمل بأنانية ضد التطور، بل، ومن خلال الحدس، نجعل من التطور ريحاً خلفية.



مراجع

- ايشباخر. ف: الحب الحدسي والشراكة، دورفن 1996.
- ايشباخر. ف: مرجع دراسات، إعداد مدير حلقاات بحث في مجال التدريب التأملي فادوز - الأكاديمية الدولية للعلوم 2000.
- أناند. م: تانترا أو فن النشوة الجنسية. ميونخ 1990
- كوبرا. د: قوانين النجاح الروحية السبعة. ميونخ 1996
- داي. ل: الحدس العملي. ميونخ 1998
- غافين. س، كينغ ل. الحياة في النور، المنبع والطريق إلى وعي ذاتي جديد. ميونخ 1994
- غروف، س، لاسلو، ي-روسل. ب: ثورة الوعي - غوتر سلوه 1999
- هاي، ل.ل: برنامج الجسد والروح - كتاب عملي حول العلاج العقلي، ميونخ 1991
- هيل، ن: قوانين نابوليون هيل حول النجاح. بون 1990
- هيل، ن: فكر جيداً لتصبح غنياً. قوانين النجاح واستخدامها المفيد. جنيف 1991
- هيل، ن - ستون، ف. سي: النجاح من خلال التفكير الإيجابي. جنيف 1968
- اروين. أ. الحب بدلاً من التربية. نصائح للوالدين حول التربية الروحية للأطفال. فرايبورغ 1999

- كيرشنر. ج: إنجيل الأنانيين، أنا أولاً ثم الآخرون. ميونخ 1999
- ليونارد. ج: إيقاع الكون. راينيك 1986
- روسل - بيتر: الأرض المستيقظة، قفزتنا التطورية التالية. ميونخ 1984
- توبرفاين. ك - ايشباخر. ف: النجاح هو الهدف - التدريب العقلي للمديرين. زوريخ 1990
- توبرفاين. ك: القوانين الروحية، الإدراك، الفهم، التكامل. ميونخ 1992
- توبرفاين. ك: المدرسة العليا للنجاح. تريسن 1994
- توبرفاين. ك: ما الذي يريد مرضك أن يقوله لك؟ لغة الأعراض. لاندسبيرغ 1996
- توبرفاين. ك: سر المال، حول التعامل المتقن والشافى مع المال. فادوز 2000
- واتلبس. ف.د: قانون الشراء - فريد ريشسدورف 1993
- فيبر. ف: الكون يرقص، من ذرة اليونانيين حتى لعبة الكوراك. بازل 1985
- فيمر. ل.م: نحن هنا دائماً من أجلك، كيف تقيم ارتباطاً مع مساعدك الروحيين. فرايبورغ 1998
- فيلبر. ك: شوط في التطور، الإنسان في طريقه من الوعي الحيواني إلى الوعي الكوني. برن - ميونخ - فيينا 1981
- فيلبر. ك: موجز تاريخ الكون. فرانكفورت 1997
- فيلبر. ك: العلوم الطبيعية والدين، المصالحة بين العلم والحكمة، فرانكفورت 1998

- فيلبر. ك - ايكرب. ب - انطوني. د: معلمون، المعلمون الروحيون الهندوس (غوروس) صيادو البشر. حول تكامل الطرق الروحية. فرانكفورت 1995
- زوهار. د - مارشال. ي: الذكاء الروحاني. السؤال الضروري عن الوعي - كيف يسمح الدماغ الإنساني بنشوء الإبداع، ويطور الرؤى والقيم، ويضيف على الحياة الفردية معنى؟ برن - ميونخ - فيينا 2000







مجلة الاعتداد

- قوانين النجاح الروحية.
- الصدى.
 - الإيقاع.
 - السبب والمسبب.
 - القوة.
 - اليقين.
 - القطبية.
 - الانسجام.
 - التفكير.
 - التصور.
 - الحب.

لقد حدد إدراك واستخدام هذه القوانين مراحل كاملة في حياة الإنسانية، وهنا يبين لنا المؤلف أن إدراك قوانين النجاح الروحية واستخدامها هو مسألة أساسية لحياة سعيدة وذات مغزى.

بأسلوبه الواضح، ومن خلال تمارين بسيطة متممة، يقودنا المؤلف خطوة خطوة نحو الحياة السعيدة والمنسجمة.

FARES_MASRY

ISBN:X-921-40-9960





Exclusive
For

www.ibtesama.com